

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
-PADEP/DEF-

**“EL ROL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL PADEP/DEF EN EL
DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DESDE EL ÁMBITO
BIOLÓGICO, PSICOLÓGICO, SOCIAL Y LABORAL EN LA ESCUELA OFICIAL
RURAL MIXTA ALDEA SAN FRANCISCO, SAN PEDRO YEPOCAPA,
CHIMALTENANGO JORNADA MATUTINA NIVEL PRIMARIO”**

POR

GUERSON ALI XIA UMUL

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE:

PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

EN EL GRADO DE:

PROFESORADO

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2016

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem in the background. It features a central figure of a woman with a halo, surrounded by various symbols including a castle, a lion, and a column. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA COACTEMALTE NSIS INTER" is inscribed around the perimeter.

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía

DIRECTOR

M.A Mynor Estuardo Lemus Urbina

SECRETARIO

Licenciada Dora Judith López Avendaño

Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Pablo Josue Mora Tello

Mario Estuardo Sitaví Semeyá

REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

M.A Juan Fernando Porres Arellano

REPRESENTANTE DE EGRESADOS

C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 172-2016
CODIPs. 2412-2016

De Orden de Impresión de Sistematización

26 de Septiembre de 2016

Estudiante
Guerson Ali Xia Umul
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO TERCERO (173º) del Acta CINCUENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (57-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 27 de septiembre 2016, que copiado literalmente dice:

“CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO TERCERO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Guerson Ali Xia Umul

CARNÉ: 201415590

Con base a lo anterior, El Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Sistematización, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy

PADEP/DEF No. 176-2016
28 de Julio de 2016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Estimados Señores:

Me dirijo a ustedes para informarles que el **Licenciado Diego Alejandro Palacios Segura** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE SISTEMATIZACIÓN** titulado:

“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”

Realizado por el estudiante:

Guerson Ali Xia Umul

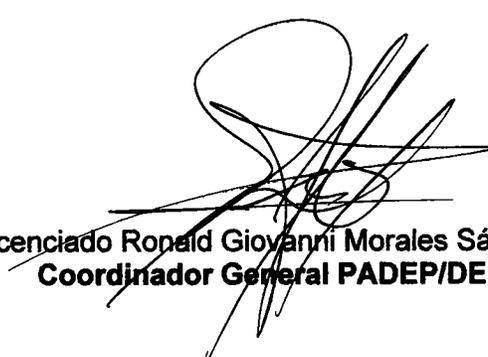
CARNÉ: 201415590

Carrera: **Profesorado de Educación Física**

El cual fue aprobado el 26 de febrero del año en curso por el Consejo Directivo. Por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General PADEP/DEF





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE. ECTAFIDE.



Guatemala 28 de abril del 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Licenciado Morales:

Tengo a bien dirigirme a usted, para informarle que se aprobó la Sistematización con fines de graduación titulado "El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario", del estudiante Guerson Ali Xia Umul, con carne No. 201415590 de la carrera del Profesorado de Educación Física, del Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física PADEP/DEF.

Sin otro particular y agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"

Lic. Diego Alejandro Palacios Segura
Coordinador Sede Guatemala
PADEP/DEF



C.c. Control Académico
Archivo
Reg. 176-2016
CODIPs. 947-2016

De Aprobación de Proyecto de Sistematización

26 de febrero de 2016

Estudiante
Guerson Ali Xia Umul
PADEP/DEF
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO OCTAVO (178º) del Acta CATORCE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (14-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de febrero 2016, que copiado literalmente dice:

“CENTÉSIMO SEPTUAGÉSIMO OCTAVO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Sistematización, titulada: **“El rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y Laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”**, de la carrera de, profesorado de Educación Física realizado por:

Guerson Ali Xia Umul

CARNÉ: 201415590

El Consejo Directivo considerando que el Proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Programa Académico de Desarrollo Profesional para Docentes de Educación Física -PADEP/DEF-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/Sindy



Guatemala 01 abril 2016

Licenciado
Ronald Giovanni Morales Sánchez
Coordinador General
PADEP/DEF
Presente

Estimado Licenciado Morales:

Respetuosamente hago de su conocimiento que en mi calidad de Director de la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco, de San Pedro Yepocapa, Chimaltenango el estudiante **Guerson Ali Xia Umul, carné No.201415590**, desarrollo su Sistematización con el tema **“El Rol del Profesor de Educación Física del PADEP/DEF en el Desarrollo Integral de los Estudiantes desde el ámbito Biológico, Psicológico, Social y laboral en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco, San Pedro Yepocapa, Chimaltenango jornada matutina nivel primario”**, Durante todo el tiempo demostró puntualidad, responsabilidad y dedicación en las labores desempeñadas, concluyendo satisfactoriamente su Sistematización.

Sin más que agregar y en espera de sus buenos oficios.

Atentamente,


Luis Fernando Xihic Xia
Director
Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco
San Pedro Yepocapa Chimaltenango



ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA
SAN FRANCISCO
DIRECCION
SAN PEDRO YEPOCAPA
CHIMALTENANGO

AGRADECIMIENTOS

A DIOS:

Por haberme permitido culminar mi carrera con éxito y así cumplir un sueño más tan importante en mi vida profesional.

A MI QUERIDA ESPOSA:

Gracias por acompañarme en este largo proceso, por todo el amor, comprensión, paciencia fortaleza y horas de desvelo que permitieron que pudiera, no sólo trabajar, sino también llegar al final y alcanzar el éxito deseado.

A MIS LINDAS PRINCESAS:

Expreso mi agradecimiento porque soportaron cada sábado sin la compañía de su papá, tiempo que cambie por largas horas de estudio en la Universidad. A pesar de ello, cada vez que podíamos, aprovechamos hermosos momentos, en las que sus sonrisas me llenaban de ánimo y fuerzas para seguir luchando.

A MIS PADRES:

Gracias por haberme apoyado a lo largo de mi estudio.

A MI ASESOR DE TESIS Y CATEDRATICOS:

Gracias a ellos por enseñarme, aconsejarme e instruirme en el camino del buen estudiante, por darme su apoyo y su comprensión.

LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA:

Por darme la oportunidad de ser una graduando más y ella seguir siendo alma mater de la educación.

DEDICATORIAS:

A DIOS:

Señor todopoderoso, que con su inmenso amor iluminó mi mente y mi corazón para alcanzar la meta deseada.

A MI ESPOSA:

Brenda Malen CharucPiedra angular en la preparación de mi vida profesional por el gran apoyo incondicional que me brindo durante mis estudios ya que con su amor paciencia, comprensión, motivación y esfuerzo logré el triunfo deseado.

A MIS HIJAS:

Meriyen Laurita, María José y Julia Jazmín, Parte fundamental para el logro del éxito, razón para seguir alcanzo objetivos en mi vida. Fuente que me inspira día a día en busca del saber profesional.

A MIS PADRES:

Martin y Laura por sus sabios consejos y oraciones para ser posible que mis sueños se realizaran.

A MI PATRIA GUATEMALA:

Que es mi corazón, mi esencia y mis sueños y ser de ella un mejor país lleno de desarrollo en la educación.

Tabla de Contenido

Introducción.....	1
I. Marco Conceptual	2
1.1. Planteamiento del problema.....	2
1.2. Justificación	5
II. Marco Metodológico.....	7
2.1 Objetivos	7
a. Objetivo general.	7
b. Objetivos específicos.....	7
2.2 Método	8
c. Muestra.	8
d. Recolección de datos	8
e. Análisis estadísticos de los datos	8
f. Instrumentos.....	9
III. Marco teórico	10
3.1. La educación física	10
3.2 Historia:	12
3.3 Didáctica de la educación física:.....	13
3.4 Principios didácticos de la educación física:	15
a. Principio de planificación:.....	15
b. Principio de la sistematización:	15
c. Principio de individualización:.....	15
d. Principio de percepción directa:	16
e. Principio de asequibilidad y accesibilidad:	16
f. Principio de consolidación del aprendizaje:	16
g. Principio de la participación activa:	16
3.5 Medios específicos de la educación física:	17
h. El juego:	17
i. Lagimnasia:	19
j. El deporte:	20
k. Larecreación:	21
3.6 Fundamentos de la clase de educación física:.....	21
l. Fundamentos fisiológicos:.....	22

m.	Fundamentos psicológicos:	22
n.	Fundamentos pedagógicos:.....	23
3.7	Características de la clase de educación física:.....	23
o.	Finalidad:	24
p.	Integralidad:.....	24
q.	Individualidad:	25
r.	Diferencialidad:	26
3.8	Metodología de la educación física:	26
3.9	Bases jurídico legales:.....	28
3.10	El profesor de educación física y su papel en la escuela:	31
3.11	Funciones del profesor:.....	34
s.	Con la escuela:	35
t.	Con la comunidad:	36
u.	Con el clima de clase:.....	36
3.12	Sistema educativo nacional:.....	38
IV.	Marco Operativo	41
4.1	Diseño de la investigación	41
4.1.1	Equipo de investigación.	41
4.1.2	Presupuesto.	42
4.1.3	Programación.....	43
V.	Presentación de resultados	44
5.1.	Análisis de Datos.....	44
5.2.	Interpretación de Resultados.....	50
VI.	Conclusiones:.....	51
VII.	Recomendaciones.	52
IX.	Anexos	55
9.1.	Glosario:.....	55
9.2.	Instrumentos.....	56
9.3.	Programa de Docencia.....	58
9.4.	Programa de Extensión.....	63

Introducción

La presentación de mi sistematización es parte de un trabajo de graduación en donde yo como docente encierro el producto de lo realizado a lo largo de mi carrera y de cómo influyo el PADEP/DEF en la transformación de ser un maestro competente en mi trabajo, la profesionalización de los maestros y maestras de educación física muestra un cambio muy importante en la actitud de todo profesional porque mejora sus conocimientos para enriquecer el aprendizaje de los niños y niñas.

Fue realizado con todas las experiencias obtenidas dentro de cada periodo de clases en el transcurso de los cursos recibidos. Se aplicó todos los conocimientos adquiridos. Porque uno de los objetivos trazados es mejorar la calidad de vida de los niños a través de actividad física dentro del proceso educativo nacional y así poder formar estudiantes que sean líderes positivos, y de criterio amplio.

A través de un modelo constructivista se basa mi investigación sabiendo que el desarrollo intelectual y de experiencias es construido por el propio aprendiz a través de la relación con los demás y con el medio, no solo promueve conocimientos si no que desarrolla sentimientos, actitudes y valores, que se producen básicamente por la acción del propio alumno con el medio.

Como maestro de educación física debo ser siempre ejemplo en la escuela y comunidad para construir actitudes reflexivas, que promueva siempre la actividad física y utilizar nuevas metodologías que beneficien a los alumnos a tener ideas creativas, habilidades y potencialidades que cada uno de ellos posee a través de la clase de educación física.

I. Marco Conceptual

1.1. Planteamiento del problema.

El profesor de educación física, muchas veces en su papel de educador profesional debe enfrentarse con muchos problemas, para el logro de sus objetivos, y así poder guiar al alumno, a tener un pensamiento reflexivo y crítico, que favorezca a la elaboración de ideas creativas, sobre la formación de una adecuada madurez motriz y relación social así como de una imagen positiva de sí mismo, la comunicación el dialogo y trabajo cooperativo son esenciales dentro de la clase de educación física, la responsabilidad el respeto a los derechos de los demás garantizan la participación de los estudiantes en la actividad motriz.

En la Escuela Oficial Rural Mixta San Francisco de San Pedro Yepocapa, Chimaltenango se observó que las instalaciones son inadecuadas, mucho sol por falta de techo que genera problemas de salud, sanitarios muy cerca del lugar de clases que emanan mal olor y la poca participación del maestro hacia los alumnos, con el poco tiempo que tiene el profesor de educación física en cada periodo no basta para llenar todos los aspectos, físicos, motrices, sociales, biológicos y psicológicos con los que el alumno muchas veces debe lidiar él solo, y esto repercute en el comportamiento y la participación de los alumnos en la clase de educación física, la falta de interés y el conocimiento de las autoridades educativas, y maestros de grado del valor e importancia que tiene el profesor de educación física y la clase de educación física tiene repercusiones en cuanto a la integralidad del educando en cubrir todos los aspectos que lo formen como un ser integral.

La Escuela atiende 305 alumnos en total 143 hombres y 162 mujeres, comprendidos entre 7 a 13 años donde el 90 % son niños de nuestra comunidad el 10% restante son atendidas por escuelas de otras comunidades. Visitamos los hogares para que nadie se quede fuera y tenemos una cobertura del 100% en nuestra comunidad.

La situación socioeconómica es muy precaria, muchos de los alumnos han dejado la escuela por el problema que se vive dentro de su familia numerosa y

deben de trabajar para poder subsistir y sacar adelante a su familia, esto mismo conlleva a que las condiciones de salud no sean buenas, los niños presentan, manchas en la piel, granos, problemas respiratorios, sordera, desnutrición, problemas visuales y dos niños que presentan displasia pélvica entre otros y esto repercute ha no querer realizar la clase de educación física. Para poder abordar el tema, para la sistematización del rol del maestro de educación física dentro de la escuela se utilizó técnicas e instrumentos como los siguientes: Análisis investigativo, trabajo en equipo, la observación, técnica de la pregunta, entre otros estas técnicas se utilizaron para la recolección de información que la investigación necesite, así como asignar una tarea específica al compañero de trabajo con el objetivo de recopilar información en la comunidad que pueda servir de sustento base en la investigación, estar atentos a los cambios de conductas que puedan tener los alumnos en las actividades, así como obtener información, de qué forma puede imaginarse o visualizar el alumno las cosas que le rodean a través de sus experiencias y de la memoria a corto o largo plazo.

El maestro de educación física debe ser un ente motivador al cambio alguien que guie, que oriente, que proponga, que sea capaz de generar cambios para toda la vida en sus estudiantes y en la comunidad educativa a través de la preparación constante, aunada a la relación estrecha entre docente, alumno, comunidad y autoridades educativas, apoyado en las guías curriculares, evaluaciones, libros de asistencia para un mejor control y relación de sus estudiantes, crear conciencia en el alumno y la comunidad educativa la importancia que tiene la clase de educación física y el maestro de educación física.

También planificar el tiempo óptimo de la clase con un trabajo a conciencia y una relación más constante con los alumnos se puede mejorar a que exista una clase armoniosa, participativa, donde exista la confianza entre maestro y alumno. Uno de los roles que debe ejercer el docente de educación física se refiere a servir como mediador de proceso de formación integral del estudiante.

Para llevar a cabo la investigación durante la misma se debió responder a las siguientes preguntas de investigación:

¿Cómo podría el profesor de educación física cubrir los aspectos, biológicos, sociales y laborales dentro de la clase de educación física?

¿Qué apoyo necesita de las entidades educativas y comunitarias para propiciar actividades que involucren mejor relación maestro alumno e impedir la deserción dentro de la escuela?

¿Cómo involucrar a los docentes para que motiven a los alumnos, a recibir la clase de educación física?

¿Cómo fomentar la aceptación, inclusión, tolerancia y el respeto entre alumnos en la clase de educación física?

La Corriente Pedagógica Activa esta corriente concibe la Educación como proceso orientado al niño, defiende la acción como garantía del aprendizaje, se promueve la humanización de la enseñanza en un ambiente de libertad, el propósito es educar por la vida y para la vida, para que mediante experiencias vitales el individuo domine su realidad, interpersonal y socio-grupal, se da oportunidad al niño de confiar en sí mismo; la relación profesor alumno se basa en la consideración del niño con derechos y deberes con capacidades e intereses propios, el niño es sujeto y no objeto de la práctica.

La Corriente Pedagógica Constructivista Esta corriente se puede definir como la corriente que afirma que el conocimiento de todas las cosas es un proceso mental del individuo, que se desarrolla de manera interna conforme el individuo interactúa con su entorno. El Constructivismo asume que nada viene de nada. Es decir, que el conocimiento previo da nacimiento al conocimiento nuevo que el alumno tiene que tratar de descubrir en el aprendizaje.

1.2. Justificación

El rol del maestro de educación física, es parte fundamental en la enseñanza aprendizaje del alumno, para crear un ambiente agradable en la relación maestro alumno y en los procesos que se pretende alcanzar, tanto biológicos, sociales, psicológicos. En general, se considera que el rol del maestro en la escuela, contribuye al desarrollo de las habilidades y destrezas del pensamiento, para resolver problemas de la vida cultural, social y laboral y usar el pensamiento lógico ante una situación donde tenga que tomar decisiones.

El rol del maestro está conectado con la vida social de los alumnos, y se utilizan para tomar decisiones que afecta a la colectividad. Las cuales deben tener en cuenta los intereses y la efectividad de los niños y niñas, debe ofrecer respuestas a una multitud de opciones e interés que surgen y se entrecruzan en el mundo actual .Asegura, al estudiante y al profesor una manera de relacionarse más amena y comprensiva. Por tal razón es importante la relación y el rol que desempeña el profesor de educación física en el ámbito escolar.

Mi propuesta la baso en la Ley Nacional para la Cultura Física y Deporte. Capítulo I objetivos, creación y principios artículo 3. Inciso d. La educación física, la recreación física y el deporte son elementos esenciales en el proceso de la educación permanente y de la promoción social de la comunidad.

La carta internacional de la educación física y el deporte emanada de por la UNESCO en 1978 establece: “En su artículo primero, que la práctica de la Educación Física y el deporte es un derecho fundamental de todos (niños, niñas-hombres y mujeres.”)

El manifiesto mundial de la educación física FIEP 2000 (Art. 12) - La Educación Física, como campo de actuación esencial para las personas, necesita que todos los organismos e instituciones que la consideran como objeto principal, hayan desarrollado eventos y estudios que permitan una sustentación científica para la acción de los profesionales en ella envueltos.

Art. 5 - La Educación Física, debe ser asegurada y promovida durante toda la vida de las personas, ocupando un lugar de importancia en los procesos de educación continuada, integrándose con los otros componentes educacionales, sin dejar, en ningún momento, de fortalecer el ejercicio democrático expresado por la igualdad de condiciones ofrecidas en sus prácticas.

Conocer los beneficios que proporciona la clase de educación física, mediante la buena preparación y relación del profesor de Educación Física con los alumnos es vital para que exista la armonía y participación dentro de la clase. El docente mediador de Educación Física ha de orientar el aprendizaje de forma integral en lo físico e intelectual y que los niños aprendan y reflexionen sobre lo aprendido. En otras palabras, Gutiérrez (2005), define la Educación Física como parte fundamental del ser humano, que tiende a mejorar, en mente, cuerpo y espíritu, a través de actividades físicas.

De esta manera las clases de educación física deben estar orientadas no solo a la ejecución de ejercicios físicos, sino a que estén mediadas por un docente que sea mediador de conocimientos acerca de cómo realizar estos ejercicios en su ejecución, a promover valores y actitudes de interés en el acercamiento hacia la práctica Física y Deportiva esto puede generar en el alumno satisfacción placer y diversión.

Por esa razón. El docente mediador de Educación Física debe requerir un perfil para promover a través de sus clases continuas, la formación integral de niños con equilibrio emocional óptimo; entre ellas pondrá en práctica la promoción de la salud integral, fortalecerá la formación de valores y el adecuado uso para la práctica de algún deporte, ya que el deporte requiere del niño y del joven disciplina y los enseña a ser resistentes, tenaces, valientes y a la vez ayuda a su salud y a su desarrollo físico y mental. Por ello el docente de educación física tiene la responsabilidad de educar a los estudiantes de una forma integral no solo en el entrenamiento físico sino también en lo intelectual.

II. Marco Metodológico

2.1 Objetivos

a. Objetivo general.

Promover el nuevo rol del maestro de educación física a través de estrategias creativas e innovadoras, para el desarrollo y ejecución, en los procesos de enseñanza aprendizaje es decir, educar al ser que se mueve, y para que éste a su vez crezca y sea mejor persona, que conozca sus derechos, sus deberes y refuerce sus valores éticos y morales, a través de una educación integral.

b. Objetivos específicos.

Estimular el desarrollo psicológico, a través del reconocimiento de sus propios sentimientos y de los demás, con agilidad mental y la estabilidad emocional del estudiante.

Fomentar a través de la actividad física y el deporte los múltiples beneficios cardiovasculares y respiratorios, que se obtienen en el cuerpo al realizar actividades motrices.

Promover actividades deportivas, recreativas donde se involucren a la comunidad educativa y poder comprender la importancia que tiene la clase de educación física en el desarrollo motriz de los estudiantes.

Fomentar el proceso de socialización, por medio de actividades deportivas y recreativas promoverla convivencia, conductas de respeto, solidaridad y cooperación para una mejor calidad de vida.

2.2 Método

c. Muestra.

Aleatoria o simple: Se considera una forma justa de seleccionar una muestra a partir de una población, ya que cada miembro tiene igualdad de oportunidades de ser seleccionado. En esta técnica, cada miembro de la población tiene la misma probabilidad de ser seleccionado como sujeto. Todo el proceso de toma de muestras se realiza en un paso, en donde cada sujeto es seleccionado aparte de los otros miembros de la población.

d. Recolección de datos

Para la llevar a cabo la recolección de datos se utilizó la encuesta y lista de cotejo. La encuesta es un procedimiento dentro de los diseños de investigación descriptivos en el que el investigador busca recopilar datos por medio de un cuestionario previamente diseñado o una entrevista a alguien, sin modificar el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información. Se realizó un conjunto de preguntas dirigidas a un grupo de estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta San Francisco jornada Matutina, los cuales pertenecen a los grados de Tercero a Sexto primaria, la cantidad de alumnos que fueron tomados para la muestra fueron de 70 alumnos de 300 que equivale a un 42.8% pertenecientes a dicha escuela.

e. Análisis estadísticos de los datos

El siguiente estudio se realizó en la Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Francisco San Pedro Yepocapa, Chimaltenango, Jornada Matutina, Nivel Primario con el objetivo de dar a conocer la importancia de la clase de educación Física y el conocimiento que se tiene de la misma, así mismo el rol que desempeña el Profesor de Educación Física y la importancia que desempeña la comunidad educativa en la motivación hacia el estudiante dentro de la escuela, esta investigación se comienza a llevar a cabo en el año 2015 y se termina en el 2016

dando a conocer que los niños encuestados algunos piensan que la clase de educación física es para jugar, y hacer ejercicios también creen que el rol del profesor de educación Física es solo ponerlos a jugar, el objetivo del profesor ha sido cambiar esas mentalidades y a través de actividades recreativas se sometieron estudiantes, maestros y padres de familia se evidencia que han surgidos cambios, pensamientos positivos , así como mejoras en los niños, ya que los niños valoran más la clase y el rol que desempeña su profesor dentro de la clase y la importancia que tiene para la salud.

f. Instrumentos

- La observación
- La encuesta
- Lista de cotejo

Los instrumentos que se utilizaron en la investigación, inicialmente la observación, la cual permitió identificar el problema de esta sistematización en la Escuela Oficial Rural Mixta San Francisco jornada matutina, San Pedro Yepocapa Chimaltenangodel nivel primario; seguidamente se utilizó la encuesta para determinar el problema que se tienen con base al rol del maestro de educación Física en la escuela así mismo la importancia que tiene la clase de educación física, asimismo la lista de cotejo para verificar la razón del problema de parte del docente.

III. Marco teórico

3.1. La educación física

Es la ciencia del movimiento que abarca todo los componentes relacionados con el uso del cuerpo ayuda a la formación integral del ser humano en todos sus aspectos, físicos, motrices, espirituales, de igual manera se promueve la participación de la corporeidad en actividades motoras, el disfrute del movimiento, a través de la psicomotricidad. Asimismo se procura la convivencia, la amistad, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad. Tal como lo señala Benilde Vásquez Gómez,¹ al entender "la educación física como educación del hombre centrada en el cuerpo y su movimiento, y, a través de ellos, de los demás aspectos de la personalidad; educación basada en la unidad psicosomática y cuyo fin es conseguir un mejor conocimiento de sí mismo y una adaptación más perfecta al entorno físico y social".

García Hoz V. y Cols.²Citando a Cecchini se refiere a que "la Educación Física es ante todo y sobre todo educación... es una dimensión particular del fenómeno educativo, un proceso de relación físico - educativo, la educación física pretende un enriquecimiento de la persona en relación consigo mismo, con otras personas y con el mundo que le rodea". A través de la ciencia del movimiento podemos desarrollarnos más como personas en todos los aspectos, como el desarrollo integral del ser pensante, enfrentándose a las realidades que el mundo le presenta.

La educación física es una asignatura que integra acciones de carácter físico, cumple con objetivos precisos en cada una de las etapas o períodos de enseñanza que acompañan a la educación de los alumnos para enfrentar la vida. *Como asignatura*, "La Educación Física es un proceso pedagógico dirigido al mejoramiento del desarrollo físico y a proporcionar el alcance de un adecuado

¹ Vásquez B "la Educación física en la educación básica" Editorial Gymnos Madrid

² Garcia Hoz V. "Personalización en la educación física" pag. 50-51 Editorial RIALP 1996.

nivel de preparación física, así como a ofrecer conocimientos específicos sobre los contenidos que abarca; en su desarrollo se cumplen las múltiples y complejas tareas de la cultura física” (Colectivo de autores, 1979: 9 y 10)

Con el pasar de los años la educación física ha sobresalido en cuanto a métodos, procedimientos, concepciones, estructura organizativa entre otros aspectos. Todo este proceso de evolución ha sido consecuencia de los aportes científicos que han tenido lugar en esta época. Sin embargo, su raíz es la misma (contribuir a la preparación del hombre para enfrentar la vida) lo que ha permitido que adquiriera cada vez más importancia dentro de los planes de estudio en los diferentes niveles de enseñanza.

A través de la educación física y como aporte muy importante de la misma, se puede ejercer una influencia considerable en la formación de valores en los alumnos. Como proceso pedagógico, esta asignatura responde a los intereses de la sociedad, lo que se proyecta en la intención formativa y desarrolladora que en ella se lleva a cabo.

A partir de los beneficios que brinda la práctica de ejercicios físicos para el hombre, la educación física debe proporcionar a los alumnos de los conocimientos necesarios para que puedan incorporar la ejercitación de sus cuerpos como un hábito de vida, lo que da al desarrollo personal una mayor calidad de vida en todos los sentidos.

La vida contemporánea exige ver a la educación física como una vía de gran importancia para asegurar el progreso humano en todos los sentidos y como dijera Ashmasin y Ruiz en su libro “Teoría y metodología de la Educación Física”, como una asignatura que constituye un proceso de dirección del aprendizaje que educa en cada instante y del cual depende la salud del hombre.

En esencia, se puede concluir que la Educación Física exige el desarrollo integral del hombre para la vida, resumiéndose dentro de sus aportes fundamentales los siguientes:

- Contribuye al desarrollo de las capacidades motoras básicas.
- Contribuye al desarrollo de habilidades que resultan básicas para realizar diferentes actividades propias de la vida en la sociedad.
- Desarrolla habilidades básicas para la práctica del deporte de rendimiento.
- Ayuda a una mayor calidad de vida al reportar beneficios en los diferentes sistemas del organismo (cardiorrespiratorio, osteomuscular, endocrino, entre otros).
- Desarrollo de las capacidades coordinativas.
- Constituye una vía de gran importancia para la formación de valores en los estudiantes.
- Fomenta hábitos relacionados a la práctica sistemática de ejercicios físicos que resultan importantes para garantizar una mayor calidad de vida.
- Constituye una vía de experimentación del placer derivado de la práctica del ejercicio físico.
- de juegos tradicionales, bailes y otras actividades que enmarcan la cultura de los pueblos.
- Desarrolla hábitos higiénicos en los estudiantes (Dietéticos, estéticos, entre otros).
- Contribuye a la formación de la personalidad de los alumnos.
- Desarrolla las cualidades de la voluntad en los alumnos.

3.2 Historia:

El movimiento humano desde las primeras civilizaciones fue fundamental para la supervivencia. En la antigüedad, los motivos que movían al hombre a practicar el ejercicio físico, medir sus fuerzas con los demás, la búsqueda de la seguridad, de la subsistencia y de la potencia. La supervivencia del grupo dependía de que sus miembros poseyeran agilidad, fuerza, velocidad y energía. Los griegos de la antigüedad otorgaron un papel muy importante y destacado al ejercicio físico en los distintos ámbitos de la vida social, como la educación en la actividad física se complementaba en la adquisición de los movimientos, como de

los hallazgos arqueológicos se puede percibir la importancia que tuvieron, la educación física y la práctica del deporte en las civilizaciones antiguas.

Platón (427-347 a.C.) quien fue un notable luchador otorgo gran importancia al deporte y a la actividad física en la educación de los jóvenes helenos Así en su obra celebre la Republica defiende a la música y a la gimnasia como las dos disciplinas que deben combinarse para la perfección del alma, de esta manera se consigue formar jóvenes equilibrados que pasaran a formar parte de este mundo.

Aristóteles consideraba la escritura la lectura, la gimnasia, la música como disciplinas educativas creía que la gimnasia era útil porque fomentaba el valor por su vertiente competitiva mejoraba la salud y aumentaba la fuerza. La educación física desempeñaba un papel fundamental en el sistema educativo griego ya que formaba parte del anhelado equilibrio armónico entre las aptitudes físicas y las intelectuales.

Las escuelas y los sistemas han evolucionado a esto le han otorgado paso a la educación física del siglo XXI que tiene como principal característica su inclusión en los programas educativos de todo el mundo como un elemento fundamental para una educación integral. Porque como lo decía el Pedagogo Español José María Cajigal “la educación física es ante todo educación”.

3.3 Didáctica de la educación física:

su objeto de estudio es el ser humano en movimiento por lo consiguiente se basa en el desarrollo de habilidades motrices en su proceso de enseñanza aprendizaje, tanto como en la relación maestro/alumno que se establece de forma intencional en torno al movimiento humano como una forma de comunicación, se encuentra orientado hacia la búsqueda de cómo hacer posible para que el alumno desarrolle sus actividades de aprendizaje en condiciones que faciliten el valor y la productividad de tales actividades. Que deberán construirse a través de propuestas concretas de intervención docente con finalidades educativas, así pues podemos decir que para que exista ese cambio de se debe centrar en el proceso enseñanza aprendizaje con presencia del movimiento humano.

Por tal razón el proceso de enseñar y aprender por su etimología motriz es inductivo. Tal como lo señala Jorge L. Zamora en su libro *Didáctica de la Educación Física*, (1) “el aprendizaje no puede realizarse por medio de representación visual o auditiva, porque el aprendizaje solo se logra mediante la actividad vivencial experimentada” a través de lo que Piaget denomino esquema de asimilación motriz, lo que el autor refiere es que para que exista ese proceso de enseñanza aprendizaje el alumno debe experimentarlo por el mismo, debe sentirlo, asimilarlo, percibirlo y crear sus propias soluciones de acuerdo al estímulo.

Como afirma fenstermacher “si no hubiera aprendices sería difícil que pudiéramos disponer del concepto de enseñar” (1989: 153) (2)esto enmarca que tanto enseñar, elemento esencial de cualquier didáctica guarda estrecha relación el con el concepto de aprender, en este sentido el propósito de la enseñar viene marcado con la intención que tiene una persona de transmitir la información a otra sin distinción, al final del proceso intencional, el conocimiento que pueda adquirir de parte del alumno.

Jorqe L. Zamora de la define a la didáctica de la Educación física como: “El proceso de cambio conductual motriz, que inicia con aprender en base a un desarrollo motor y se complementa en dar lección de quien aprende en base a sus características y posibilidades”. (3) El escritor señala que toda persona inicia con base a sus experiencias motrices y va complementado todas estas experiencias a través de la enseñanza de quien lo aprende en cuanto a sus posibilidades y características, se trata de procesos de relación humana en un contexto social que la didáctica de la educación física debe desempeñar en la sociedad actual, el maestro como agente de cambio debe crear este vínculo de relación humana con sus alumnos, inyectarles de valores para que puedan ser generadores de cambio en la sociedad a través de los procesos de enseñanza aprendizaje.

1 Jorge L. Zamora, *Didáctica de la educación física* (2006)

2 Fenstermacher G.D. (1896) *Tres aspectos de la filosofía de la investigación sobre la enseñanza*.

3 Jorge L. Zomara Ob. Cit. (2006)

3.4 Principios didácticos de la educación física:

Son normas generales que estructuran la organización de los métodos, el contenido de enseñanza aprendizaje y de los objetivos, en interactuar de forma conjunta, de manera que el maestro, como el alumno pueda encajar en modelo de enseñanza aprendizaje, establece un sistema de principios.

a. Principio de planificación:

Plantea la necesidad que el proceso docente responda a un plan preconcebido según sus objetivos. Se refiere a que el docente de educación física debe ejercer sus clases de forma planificada y sistemática, es decir llevar un orden que responda a las necesidades del contexto educativo y no solo el traslado del contenido del programa, sin tomar en cuenta las condiciones del medio.

b. Principio de la sistematización:

Se refiere a que los contenidos que se den o hayan dados tengan relación con los conocimientos aprendidos y con los que se van a aprender.

c. Principio de individualización:

Establece que todo alumno aprende según sus características individuales por lo tanto el docente debe trazar sus enseñanzas según las capacidades de sus alumnos porque aunque los contenidos y objetivos sean iguales no todos aprenden al mismo ritmo, esto incluye edad sexo, aptitudes biológicas, carácter. Este principio tiene mucha influencia en cuanto a la dosificación de las cargas del ejercicio, por lo que anterior mencionamos, todos aprenden y realizan las actividades de distinta manera, por esa razón la enseñanza de la habilidad motriz deportiva el docente debe tomar en cuenta que no todos tienen las mismas aptitudes biológicas y por los mismo las mismas facilidades para su aprendizaje.

d. Principio de percepción directa:

Se refiere a que la enseñanza se basa en la utilización de los sentidos del cuerpo en este caso para la educación física la vista, el tacto y el oído son esenciales para la enseñanza de un proceso educativo motriz que se realiza a través de la palabra y demostración del docente, la percepción del alumno en relacionar mediante la vista, oído, y sentido kinestésico.

e. Principio de asequibilidad y accesibilidad:

Este principio de asequibilidad nos dice que el maestro debe adecuar bien sus métodos y su estilo de enseñanza para que el alumno pueda comprender bien los contenidos. Asimismo la accesibilidad procura que el alumno tenga la posibilidad de asimilar el contenido. Entonces podemos decir que la accesibilidad y la asequibilidad guardan estrecha relación en el proceso de enseñanza aprendizaje para que el alumno pueda comprender y asimilar la información, se debe tomar en cuenta que muchas veces el alumno puede ejecutar la tarea pero no la comprende no lo asimila no sabe del porqué, iniciar aquí a las formas de cómo hacer llegar el contenido y métodos para la comprensión del ejercicio.

f. Principio de consolidación del aprendizaje:

Manifiesta y consolida que toda la información trasladada en el proceso de enseñanza aprendizaje del estudiante se pueda medir a través de los resultados, los cambios que el alumno genere tanto, físico motriz, habilidades, destrezas, hábitos alcanzados por los alumnos solo pueden ser concebidos en las repeticiones de ejercicios planificados por el docente sobre todo que el docente debe prever la consolidación y la aplicación de estos de manera que generen verdaderos cambios en la vida de los alumnos y así poder decir que están listos para realizar la próxima tarea.

g. Principio de la participación activa:

Se refiere a que tanto el alumno como el docente juegan un papel importante en la relación que puedan tener durante el proceso de enseñanza

aprendizaje es así que se toma en cuenta el liderazgo del docente, el interés consciente del alumno y la participación del mismo dentro de la clase de educación física que provoca cambios fisiológicos y esto proporciona su desarrollo, pero toda esta actividad debe ser preparada y organizada con la forma y métodos que el docente utilice dentro de su clase, todo ello depende de la utilización del tiempo óptimo o real dentro de la clase para que pueda generar esos cambios fisiológicos requeridos para el desarrollo del estudiante y que el alumno pueda realizar con empeño las tareas hacia su objetivo por eso mismo el docente debe ser un ente de motivación a través de técnicas y métodos específicos que ofrezca la carga física apropiada para que pueda ofrecer las mismas condiciones de ejercitación.

3.5 Medios específicos de la educación física:

Podemos hacer mención que el medio específico de la educación física, es el ejercicio físico, sin apartarnos que sin movimiento no habría ninguna actividad que requiera un gasto energético, para ejercer una acción corporal determinada, el ejercicio con función a educar, desarrollar o entrenar, tiene la tarea de alcanzar el estímulo motriz, el desarrollo de las capacidades básicas, los elementos técnicos deportivos, porque a través de ellos, se lograra el alcance de habilidades y capacidades motrices que contribuyen al desarrollo del alumno, de tal manera que dentro de la combinación de los ejercicios se ha dado origen a los siguientes medios que son necesarios para el proceso de enseñanza y aprendizaje crear una clase dinámica y placentera.

h. El juego:

Es un medio esencial para lograr con mayor armonía los objetivos, ya que por su naturaleza espontánea, natural, expresiva, transforma al alumno en un ser libre, a través del movimiento lograr su participación de forma armoniosa, social, divertida, así mismo favorece a las distintas formas de educar no solo en movimiento sino también formándolo en mente y espíritu, porque el juego es un medio importante dentro del proceso de enseñanza por su gran variedad de

formas divertidas de enseñar, es un potenciador para la vida y para la educación física, libera energía acumulada en el cuerpo para convertirla en energía potencial, vivimos jugar, aprendemos en el juego, jugamos a ganar así mismo convertimos nuestra vida en un juego.

Dentro de la clase de educación física el juego es imprescindible no puede estar apartado dentro del proceso de enseñanza aprendizaje ya que su uso estimula al alumno eleva su autoestima, auto concepto de el mismo, vigoriza sus habilidades en fuerza, equilibrio, flexibilidad, acoplamiento, adaptabilidad, manejo de espacio tiempo, se relaciona con los demás, es para cualquier edad y se toma como un elemento fundamental en la educación y la cultura.

Para Piaget el juego forma parte de la inteligencia del niño porque lo va a formar a través de las etapas de su vida, el juego, representa la asimilación y construcción de la realidad que lo van a formar según su etapa evolutiva. A partir de símbolos y reglas, cada una de estos elementos hace que el juego sea un medio por el cual el individuo aprende y se proyecte en su entorno ubicándose en un espacio y lugar.

Según Vygotsky el juego es el medio por el cual el niño va relacionándose con otros niños gracias a su papel de integrador logran asumir roles complementarios al propio, a través de la relación dentro de su propia contexto y cultura. El juego es una manera de relacionarse con los demás, con la naturaleza, con la cultura es allí donde radica la importancia de incluir al juego como una herramienta imprescindible dentro de la clase de educación física porque libera, motiva, socializa, asume responsabilidades, asimila la realidad.

Tanto para Vygotsky y Piaget es importante incluir al juego como un medio integrador dentro del proceso educativo capaz de asumir roles que fortalecen el desarrollo cognitivo del alumno, indispensables en la vida del ser humano. Por esa razón tanto la escuela, como la comunidad educativa y la clase de educación física no pueden apartarse en concebir al juego como un ente liberador capaz de hacer cambios dentro de la sociedad.

i. Lagimnasia:

Es un medio esencial que durante generaciones se ha utilizado dentro de los programas educativos, militaristas, competitivos entre otros, tanto en la época antigua como la actual, por sus innumerables aportes a la vida del ser humano, en un sentido amplio, puede definirse a la gimnasia como la práctica de ejercicios sistematizados para el logro de fines determinados, todas estas prácticas expresan intereses diversos según su época y contexto podemos decir que en la época antigua se utilizó como una herramienta de preparación para la guerra, para la cacería, belleza corporal, fortaleza física, preparación militar y formas de expresión corporal. En la actualidad se utiliza dentro del campo de la medicina, la preparación para los deportes de competición, la psicología, la educación que ven en la gimnasia una oportunidad para la enseñanza y el goce de movimientos creo su aceptación a los beneficios que aporta a la salud y al desarrollo cognitivo motriz.

Dentro de la clase de educación física la gimnasia es muy importante ya que de ella surgió la base para el estudio de los movimientos, y el niño necesita moverse para dar fuerza y crecimientos a sus músculos, posee una carácter formativo, busca, por medio de ejercicios progresivos el desarrollo del autodomínio corporal de la voluntad, energía, como preparación para la vida activa. Así mismo se involucra al niño hábitos de orden y disciplina a la vez desarrolla equilibrio, habilidad neuromotora, de modo que fomenta valores dentro del estudiante que lo forman para la vida.

Según Aristóteles la gimnasia debía estudiar los mejores ejercicios apropiados a todos los organismos, y aquellos que se puedan aplicar a todos al mismo tiempo y que estado debería tomar las medidas necesaria y convenientes para todos. La gimnasia debe estar incluida en todo plan de educación física y proceso educativo escolar y es de mayor necesidad en las escuelas que tienen una población infantil en condiciones deficientes de desarrollo, nutrición y medio social.

j. El deporte:

Es uno de los medios que la educación física dispone para que el alumno pueda desarrollarse de manera integral, en definitiva el deporte puede incluir valores educativos fundamentales, por tal razón juegos y deportes son contenidos importantes dentro de la educación física es sustancial considerar al alumno como un adulto pequeño puesto que no se puede considerar al mismo como alguien mayor no se pueden utilizar los mismos métodos, dentro de la clase de educación física no se debe apartar al deporte como un fin de competición, sino como un medio que tiende a fortalecer actitudes y valores positivos de compañerismo, disciplina, unidad, respeto hacia los demás, sin duda la actitud del deporte dentro de la escuela no debe de quedar al margen como educativo, tal como lo señala Sánchez Boñuelos (2000) 1 “la práctica deportiva constituye uno de los fenómenos sociales con mayor envergadura dentro de las sociedades contemporáneas, de manera para que el individuo tenga la experiencia del deporte debe actuar dentro del entorno donde todos nos desenvolvemos por lo que el deporte sirve como experiencia vital del individuo”.

Sin duda el deporte educativo no puede quedar al margen de este hecho social tan importante, comprender que éste no sólo como un medio de transmitir y de enseñar valores culturales, sino como una herramienta muy importante para la formación integral del individuo, que es lo que persigue la educación. La presencia del deporte en las clases de Educación Física permite aprovecharlo como medio educativo, reforzar condiciones especiales a los objetivos más exigentes de la educación. Es decir, como escuela de valores, como un camino adecuado para aprendizajes de carácter social y afectivo y cómo ayuda a la madurez psicológica y al desarrollo armónico del cuerpo. Por lo tanto, en la escuela, intentaremos una aproximación del alumno a las diferentes prácticas deportivas a través de la iniciación deportiva, elegir las que más se acerquen a sus intereses y a sus posibilidades y limitaciones. Es importante preparar al alumno para que lleve una

1Sánchez Boñuelos F. (2000). Análisis del deporte escolar. En libro del I Congreso Nacional del Deporte en edad escolar. Noviembre 2000. Sevilla

vida activa y deportiva y que adquiriera una conciencia crítica respecto a lo que significa la práctica deportiva en la sociedad actual.

k. Larecreación:

Concebida como: 1 Toda experiencia o actividad que le proporciona al hombre satisfacciones en libertad, permitiéndole el olvido momentáneo de su problemática diaria, favorecer el reencuentro consigo mismo sin presiones ajenas o externas.

En este sentido podemos decir que la recreación es esencial en la clase de educación física porque forma uno de los aspectos fundamentales para la educación integral, educa a la persona mediante actividades programadas y planificadas que elevan el espíritu, voluntad y creatividad, la recreación es el medio por el cual se aprende de manera vivencial en contacto con la naturaleza, el clima, se socializa con los demás de esta forma se vuelve una manera de expresión en la que el alumno siente la libertad de expresar sus sentimientos, su manera de pensar, libertad a la expresión corporal. Así mismo es un socializador y comunicador entre la relación maestro estudiante, comunidad, docente comunidad, es un vínculo entre escuela y comunidad para hacer conciencia a los padres de estar unidos bajo un mismo objetivo que es la educación integral del niño.

3.6 Fundamentos de la clase de educación física:

Durante el desarrollo que el niño va a obtener durante su vida se puede observar los cambios que en cada etapa van a aparecer como los cambios de conducta, de habilidad, aprendizaje, locomoción, madurez, inteligencia, aparecen en el crecimiento peso, talla, sexo, complexión. A través de la educación física el niño va adquirir nuevas formas de movimiento con ayuda de juegos lúdicos, recreativos deportivos, es decir el niño va poder ser creativo, suspicaz y muchas

1 Instituto Nacional de Deportes, Educación y Recreación INDER, Cuba 1991.

alternativas que le servirán en su vida social y que no puede lograr con otras asignaturas del conocimiento, los cimientos por la cual la educación física se apoya para lograr ser una educación integral son estos:

I. Fundamentos fisiológicos:

Los procesos de maduración y desarrollo vinculados a la educación física, tanto como la edad el peso la talla el sexo, propios a una buena preparación de la actividad física muestran grandes beneficios en el desarrollo fisiológico del niño, los beneficios como: la fuerza, flexibilidad, capacidades coordinativas, aumento cardiovascular son muestra de la evolución por el entrenamiento, podemos mencionar que es innegable saber que aquellos que practican ejercicios todos los días tienen mejor desempeño que el que lo practica con regularidad y menos aún quien no lo practica, muestran un desarrollo casi inexistente.

Por tal razón es indispensable la práctica del ejercicio físico y por consiguiente ampliar los periodos semanales de la clase de educación física a tres frecuencias ya que dos periodos son muy pocos y no satisface la progresión, intensidad y volumen del trabajo físico no favorecen al alumno en el desarrollo fisiológico, neuronal, y dominio motriz.

m. Fundamentos psicológicos:

La clase de educación física debe llenar aspectos que motiven al alumno a seguir en la práctica del ejercicio físico a colmar vacíos que puedan generar malos disgustos, generar en el estudiante el placer de realizar acciones que lo motiven a una conducta satisfactoria del goce de actividades que le causen reacciones agradables. Por lo tanto debemos conocer las actitudes de nuestros alumnos o atletas para llevar un mejor control de la dirección de la clase de educación física porque si no hay equilibrio no hay interés en las clases de educación física.

Para Rousseau, la educación del niño debe surgir del libre desenvolvimiento de su ser, de sus propias aptitudes, de sus naturales tendencias. El alumno debe expresar sus emociones sus convicciones, aprender de sus

propios errores, la educación física debe evitar en el estudiante actitudes de rechazo hacia el mismo y a la actividad física.

El ejercicio físico ha confirmado tener un gran impacto positivo en el fortalecimiento de la autoestima, la mejora de la autoconfianza, el fortalecimiento mental, el ejercicio físico está vinculado con los cambios positivos dentro de la sociedad. Por tal razón su conocimiento debe ser motivado por las comunidades, instituciones educativas, y gobiernos.

n. Fundamentos pedagógicos:

Conocemos las grandes contribuciones formativas que la educación física aporta al desarrollo integral de niño, atendiendo desde su ámbito laboral, social, físico, emocional, cognitivo es por lo mismo que el docente debe atender todos los aspectos pedagógicos que le ayuden a formar esquemas motrices para el desarrollo integral de la educación física infantil, el movimiento es fuente potencial en el ser humano que lo guía en el alcance de un desarrollo completo a través de experiencias motrices el niño muestra su inquietud por explorar el mundo, buscar nuevos gestos que lo relacionen con las cosas que lo rodean, de manera que se utiliza a la educación física para que el infante explore su mundo y se encuentre por sí mismo el camino de acuerdo a sus necesidades.

La clase de educación física no tiene ningún valor pedagógico si no se lleva un plan sistemático, donde sus frecuencias puedan ser diarias y no una o dos veces a la semana esto permite que las conexiones se pierdan entre sesiones, el aprendizaje motor se ve truncado por la secuencia del ejercicio. No habría ganancia en el desarrollo motriz ni hábito del ejercicio para poder repetirlos en la vida.

3.7 Características de la clase de educación física:

La clase de educación física es el seno del proceso educativo a través de ella se enlazan todos los conocimientos técnicos pedagógicos, psicológicos y

didácticos que necesita el profesor poner en práctica para que se dé el proceso enseñanza aprendizaje.

Entonces la clase de educación física debe interactuar con todos los procesos que integren un desarrollo formativo dentro del proceso de enseñanza aprendizaje, de tal manera la clase debe cumplir dentro de sus características procesos bien planificados con objetivos estructurados, métodos y contenidos organizados, que cumplan con una formación integral en el estudiante.

Pila A. (1988) como forma de educación “Supone modificar en determinado sentido al sujeto, es obrar de una manera predeterminada sobre el ser vivo a fin de llevarlo a una meta antes fijada”(1) la clase de cumplir con procesos didácticos y pedagógicos que cumplan con los objetivos y finalidades de una educación general.

o. Finalidad:

Característica de la clase de educación física que garantiza que todo alumno debe sentir gozo, placer, entusiasmo al practicar ejercicios físicos crear un ambiente de convivencia con los demás y más importante aún, alcanzar en cada clase, las ganas de volverá a practicar actividad física. Con el fin de lograr procesos educativos que desarrollen aprendizaje en el niño, a través de la práctica del ejercicio físico, como consecuencia de ello una mejor vida saludable, comprimir el sedentarismo en un mundo globalizado y tecnológico.

p. Integralidad:

La educación física es la que permite una relación integral en el ser humano no centrada en el movimiento sino en la persona que se mueve, a partir de la acción motriz va a desarrollar hábitos del ejercicio físico a medida que se vuelve un ser sociable.

1Pila. A. “*Didáctica de la Educación Física y los Deportes*”. Editorial Olimpia. San José. 1988.

Al hablar de integralidad debemos tomar en cuenta todos los aspectos que definen a una persona como integral, aspectos como, la conducta, la sociabilidad, la responsabilidad, honestidad, llevar el camino hacia el bien común y no solo en sus intereses, en fin como poder lograr la integralidad en tanta diversidad, si sabemos que todos y todas los seres humanos somos diferentes, y para lograr ese proceso integrador el docente debe cumplir con una labor profesional acorde a las exigencias sociales, como alguien motivador, investigador, orientador para dar respuesta a la integralidad en tanta diversidad.

Como lo decía el pedagogo español José María Cajigal la clase de educación física es ante todo educación porque colabora en la formación de una persona integral, procura su desarrollo psicomotor, fomenta a través del ejercicio y la práctica deportiva la calidad de vida para las exigencias que le destina la sociedad. Gracias a la educación física, integradora el alumno se va forma como un ser que toma consciencia plena de lo que es, como ser pensante debido a que piensa con claridad y ordena la información que recibe y procesa, explica los hechos, da razón de lo que siente, de lo que hace y lo que piensa.

q. Individualidad:

La clase de educación física debe siempre responder a las características individuales de los alumnos, es necesario que el docente tome en cuenta todos los aspectos y características de cada alumno, respeta su manera de pensar de actuar, su habilidad motriz, su tamaño corporal, su etnia su cultura y sus intereses porque sabemos bien que cada uno es diferente a los demás, es necesario que el docente prepare una gama de actividades orientadas a la consecución de objetivos planificados, esto permite tener mejores resultados por la diversidad de estímulos que el docente a través de las actividades variadas muestra a sus estudiantes.

Sabemos bien que cada estudiante aprende según sea sus posibilidades y estímulos que el docente genere en la clase, es importante recalcar que no todos tienen las mismas aptitudes biológicas y por lo mismo las facilidades para su

aprendizaje. Se debe de tomar en cuenta desde la clase de educación física que somos educadores y no entrenadores por lo cual los objetivos van desarrollados a una intervención pedagógica y no al rendimiento o entrenamiento deportivo, es sino entonces en busca de aumentar la condición física de los alumnos a través del hábito del ejercicio físico.

r. Diferencialidad:

Como resultado de la individualidad que debemos tomar en cuenta en cada alumno dentro de una clase de educación física, las formas de trabajo, la intensidad en el ejercicio, los métodos que sea propios para todos, los grupos a formar, la selección de contenidos, formas de tarea diferenciadas, porque debemos de tomar en cuenta que cada alumno es diferente en cuanto a su dominio motriz.

Así mismo debemos tomar en cuenta que entre chicos y chicas hay diferencias motrices, como la fuerza, flexibilidad, resistencia entre otros pero esto no hará que no puedan trabajar juntos, para ello se debe evitar al máximo la separación en el momento de la organización de actividades de enseñanza aprendizaje, esto equivale tener en nuestra clase la educación mixta de manera que todos y todas tengan las mismas oportunidades de aprendizaje.

3.8 Metodología de la educación física:

En la clase de educación física el maestro se encuentra con una variedad de elementos que son necesarios tomar en cuenta dentro de una clase de educación física como: ámbito social, motriz, cognitivo, cantidad de alumnos, contenido de enseñanza, etc...por tal razón es de vital importancia que el docente tenga dominio de diversos métodos de enseñanza que le sirva como instrumentos necesario para el desarrollo de las clases de educación física al hablar de metodología nos referimos al modo de cómo enfocamos los problemas y buscamos la respuesta para alcanzar el objetivo.

Es evidente los métodos son una forma más eficiente de lograr un resultado en el proceso de enseñanza aprendizaje, una guía en el camino, una manera de alcanzar los objetivos, Delgado Noriega expresa sobre el concepto de método “los métodos de enseñanza o didácticos son caminos que nos llevan a conseguir, alcanzar el aprendizaje en los alumnos, es decir, a alcanzar los objetivos de enseñanza” (1). Entonces al referirnos de métodos de enseñanza en educación física mencionamos las vías que debemos de seguir para alcanzar los objetivos educativos y del tipo de objeto que se pretenda alcanzar.

Así mismo (Sicilia y Delgado 2002:24) señalan “caminos que nos llevan a conseguir el aprendizaje en los estudiantes, es decir, alcanzar los objetivos de enseñanza...(2) también señala (Edelstein 1996:81) “Definir lo metodológico, implica el acercamiento a un objeto que se rige con una lógica particular en su construcción(...) Para luego atender el problema de cómo abordar esa lógica (...) (3) menciona el autor “ Un modelo de instrucción basado en técnicas que prefieren pasos organizados rigurosos, para lograr diseños que permitan obtener productos óptimos y validos en diferentes contextos....” (4)

Podemos entender que se debe conseguir el aprendizaje de los estudiantes y para eso debemos presentar los caminos organizados a seguir y en derivación de ellos alcanzar los objetivos de enseñanza. El docente en virtud que entienda el aprendizaje y la enseñanza como dos procesos entrelazados, le permitirá, que puertas abrir para facilitar el tratamiento del contenido. El método es pensado para facilitar los procesos de aprendizaje de dicho alumno nos da una o varias ideas sobre que es aprender y fortalece en el que aprende diferentes actividades y capacidades en la tarea.

1 Delgado Noguera (1991): Los estilos de enseñanza en la Educación Física. Universidad de Granada.

2 Sicilia y Delgado (2002) Educación Física y estilos de enseñanza, INDE, Barcelona.

3 Edelstein, G. (1996) un capítulo pendiente: el método en el debate didáctico contemporáneo. Cap. 3 (pag.75-89)

4 Edelstein G.(1996) Ob. Cit.

Por tal razón hablar de método es referirnos a un tema complejo, por lo que es mejor, más allá de describirlo es necesario conocerlo y ponerlo en práctica con sus posibles relaciones con otras prácticas metodológicas, tomar en cuenta a lo que se refiere Edelstein (1996) “un estilo singular de la formación “(1) el autor menciona que empezar por quien enseña adopte un método personal, proyecta una forma de enseñar lo que crea uno o más estilos particulares para aprender.

Con base a algunos autores como Mosston (1978) “el docente intentara provocar una respuesta a muchas de una o más personas respecto de un tema determinado... Debe haber algo que inicia la acción, ha de ofrecer algún estímulo...Se basa en el supuesto que determinados estímulos producen la respuesta deseada, por lo consiguiente el maestro aprende a presentar la clase de estímulos que producirán las respuestas esperadas”(2) Así pues mencionaremos algunas propuestas que nos ayudaran a tener una clase de educación física con un fin determinado hacia donde apuntar y el camino que debemos seguir para alcanzar el objetivo, con cada uno de estos métodos como: mando directo, enseñanza recíproca y resolución de problemas estos buscan crear en el alumno procesos de aprendizaje en el relación al contenido con el saber enseñar.

3.9 Bases jurídico legales:

En Guatemala existen normativas jurídicas que rigen la educación física, deporte y la recreación. La Constitución Política de la República de Guatemala como ley máxima se refiere a esta área como parte de la educación.

ARTICULO 72. .fines de la educación. La educación tiene fin primordial el desarrollo integral de persona humana, el conocimiento de la realidad nacional y universal.

ARTICULO 91. Asignación presupuestaria para el deporte. Es deber del estado el fomento y la promoción de la educación física y el deporte.

1 Edelstein, G. (1996) un capítulo pendiente: el método en el debate didáctico contemporáneo. Cap. 3 (pag.75-89)

2 Mosston, M. (1978) La enseñanza de la Educación Física. Piados, Barcelona.

De igual manera la Ley de Educación Nacional, decreto legislativo 12-91 en su capítulo VII educación física.

Artículo 59. Define a la educación física como una parte fundamental la educación del ser humano que tiende a formarle, en mente, cuerpo y espíritu, a través de actividades física planificadas, científicamente concebidas y dosificadas para ser aplicadas de forma progresiva en todos los ciclos de la vida del hombre, cuya extensión comienza con la educación inicial y termina con la educación del anciano.

Así mismo en su Artículo 61. Derechos fundamentales. El estado reconoce la práctica de la educación física como un derecho fundamental para todos y como obligatoria su aplicación en todos los niveles ciclos y grados del Sistema Educativo Nacional

Por otra parte el decreto no.76-97 Ley Para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte plantea. En su Artículo 3. Principios de ley,

Inciso a: Todo individuo tiene derecho a la práctica de la educación física, la recreación física y el deporte.

Inciso b: la educación física, la recreación física y el deporte son derechos de la comunidad cuyo ejercicio no tiene más limitaciones que las impuestas por la moral, la salud pública y el orden legal.

Inciso d: La educación física la recreación física y el deporte son elementos esenciales en el proceso de la educación permanente y de la promoción social de la comunidad.

De la misma manera en el título III capítulo I del deporte no federado establece en el artículo 73

Inciso b. Propiciar mediante la práctica de la actividad física el aumento de los niveles de salud, esparcimiento y capacidad personal como factores indispensables en la mejora de la calidad de vida de la población.

También se menciona en el capítulo IV recreación física nacional en su artículo 82

Plan nacional inciso b. impulsar campañas educativas acerca del uso adecuado del tiempo libre y los beneficios que representa la recreación.

Así mismo el Código de la niñez y la juventud (1996) menciona en el Título III. Sección II: Derecho a la educación, a la cultura al deporte y a la recreación.

ARTICULO 38. Los niños, niñas y jóvenes tienen derecho a recibir una educación

Integral. Esta deberá ser orientada a desarrollar su personalidad, civismo y urbanidad promover el conocimiento y ejercicio de los derechos humanos, la importancia y necesidad de vivir en una sociedad democrática con paz y libertad de acuerdo a la ley y a la justicia con el fin de prepararlo para una vida adulta cívica y responsable, asegurándoles.

Inciso a) Igualdad de condiciones para el acceso y permanencia en la escuela.

Inciso b) Derecho de ser respetado por sus educadores,

Inciso c) Derecho de organización y participación en entidades estudiantiles, culturales, Deportivas, religiosas y otras que la ley no prohíba

De igual manera la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) proclama en la Carta Magna Internacional de la Educación Física y el Deporte 21 de Noviembre 1978

Artículo 2. La educación física y el deporte constituyen un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de educación, es decir son dimensiones esenciales de la educación y de la cultura que debe desarrollar las aptitudes la voluntad el dominio de cada ser humano y favorecer su plena integración en la sociedad

Por otra parte la Federación Internacional de Educación Física FIEP considerando que la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte UNESCO establecen que la práctica de la educación física es un derecho fundamental de todos concluye.

Artículo I La educación Física por sus valores, debe ser comprendido como uno de los derechos fundamentales de todas las personas.

Artículo II Que al utilizar actividades física en la forma de ejercicios gimnásticos, juegos deportes, danzas, actividades de aventura, relajamiento y otras opciones de ocio activo, con propósitos educativos.

Podemos mencionar también que la Declaración de Madrid (1991) y Congreso de Yokohama Japón (ICHPRD/1993) adoptada por la Asociación Europea de Educación Física (EUPA) asegura.

Artículo I que no hay educación sin educación física.

Inciso a) La educación física significa una contribución singular para la educación de los estudiantes

Inciso b) la educación física es un proceso de aprendizaje y consiste en el medio de utilizar la actividad física para contribuir a la experiencia profesional de las personas.

Inciso c) la educación física como parte del proceso educativo, desenvuelve posibilidades de movimiento y educa para el entendimiento porque ella es relevante y como debe ser utilizada debió ser considerada como una experiencia única por tratarse de uno de los más preciosos recursos humanos que es el cuerpo.

3.10 El profesor de educación física y su papel en la escuela:

Galindo (2001, p.10) plantea “el papel que tiene el profesor de educación física, deporte y recreación es muy importante por las áreas que abarca con su accionar, psicológica, afectivo, cognitivo y motriz”. (1)

De tal manera el escritor, señala que el papel que juega el maestro de educación física dentro del proceso educativo es demasiado importante ya que es el principal estimulador permanente de la recreación y del tiempo libre en todas las etapas del proceso educativo y asegurar que la clase sea placentera, armónica, vivencial, que le permitan al alumno canalizar todas esas experiencias en espacios abiertos como canchas, patios, y así olvidarse de la condicionantes que se viven dentro del aula y las clases teóricas.

El profesor de educación física es un líder dentro de la escuela y ese tipo de liderazgo es el que debe de reflejar en sus alumnos para formarse como líderes en el futuro aunque la sociedad tiene a veces un concepto erróneo de su formación y

1 Galindo C. (2001 p.10) Error del profesor de educación física. Revista Apunts. Cataluña Barcelona

su misión en el área educativa, se le considera que su clase solo es pérdida de tiempo, donde los niños van a distraerse y a jugar sin un fin determinado, o a veces se le considera como un entrenador deportivo para ganar medallas para el engrandecimiento de la comunidad y centro educativo y no por su valor formativo en una educación integral.

De esta manera se pide que el docente ponga énfasis en un liderazgo que provoque el aprendizaje individual y se apoye en otras materias e instrumentos que le faciliten la formación integral en el estudiante para lograr el mejor desarrollo, no solo físico motriz sino también un desarrollo intelectual que apoyados en otras materias y la relación docente alumno puedan encaminarse hacia los objetivos que persiguen tanto la educación física y la educación nacional.

Así mismo El rol del profesor de Educación física ha de ir moviéndose y adaptándose a los cambios que se producen en la sociedad, a los intereses y necesidades de nuestros alumnos, a las nuevas tendencias por dónde camina la enseñanza, Una escuela nueva, con visión integral y participativa necesita de buenos y modernos profesionales porque la educación en el mundo va en evolución y está en constante movimiento y debemos seguir en busca de una educación integral porque quien se conforma solo con lo que hace está condenado al fracaso.

El maestro debe ser una persona activa, motivadora, con visión al cambio, estar siempre pendiente a las nuevas corrientes y tendencias de la educación en general y de la educación física, un investigador de los cambios que produce la educación física en el estudiante en función, fisiológica, anatómica, social, así mismo debe de ser capaz de planificar y diseñar sus unidades didácticas con fin investigativo utilizar nuevas estrategias de enseñanza.

El maestro de educación física debe ser un pensador alguien que tome decisiones que conozca de los procedimientos curriculares para elegir y evaluar los contenidos, como modelo el docente razona en su contenido, lo selecciona para poder resolver los problemas para interceder entre el alumno y el

aprendizaje. El maestro es quien ayuda al alumno a razonar la información para que el aprendizaje sea más eficiente y sea un medio para garantizar el cambio y se aprenda de manera más eficiente.

De este modo y de acuerdo con Rink (1998) “plantea que la enseñanza es una actividad compleja cuya meta es que el alumno aprenda” es decir que el proceso de aprendizaje va más allá de enseñar sino que el docente debe ser responsable de dirigir el proceso de enseñanza aprendizaje porque si el alumno no aprende debe de hallar la forma más efectiva de enseñarle, para alcanzar las metas, objetivos y que todos los alumnos aprendan es un verdadero reto y es allí donde entra la preparación y experiencia del docente el poder diseñar las estrategias necesarias para que el alumno alcance los objetivos propuestos.

En definitiva el docente de educación física debe de cumplir funciones a favor del objetivo de su tarea en la sociedad. Del docente tradicional al docente mediador de los aprendizaje para que todos sus alumnos puedan adquirir los conocimientos en base a técnicas, procedimientos que el mismo determine para la enseñanza aprendizaje que va en relación con los problemas que tiene el alumno en su vida.

Romero (2002) “plantea que el docente en su función de formador debe observar y explotar todas las influencias, conocidas por el o no, que ejerce sobre los alumnos a través de sus actitudes cotidianas. El docente formador trata todo aquello que se enseña aun sin proponérselo en forma consciente, y que cuenta con más fuerza que lo planificado, deja una huella más profunda en valores, actitudes, conocimientos, aprendizajes sociales y políticos, que dejan los aprendizajes sistemáticos. Cada acción del docente implica conocimientos, finalidades y valores aunque no sea consciente de ellos.”(1)

Para D. Siedentop, es "...importante establecer la relación entre la actuación del profesor y los aprendizajes y el desarrollo de los alumnos" (Siedentop p. 25), quien afirma más adelante:

1Romero, C. (2002). Bases teórica para la formación del maestro especialista en Educación Física. Granada, Grupo Editorial Universitario.

"En el transcurso de los últimos años, la investigación ha mostrado que las creencias de los profesores sobre el aprendizaje y la enseñanza influyen en su planificación, en su comportamiento en clase y en las conclusiones que ellos sacan de sus experiencias de enseñanza" (1) (Siedentop, p. 25). Plantea tres tipos de creencias relevantes: 1) Contenidos de la educación física; 2) Orientación y 3) convicciones con respecto a la enseñanza y el aprendizaje. (2)

El docente en su afán de educador diseña y organiza el contenido la clase de acuerdo a las características de sus alumnos, también es un organizador, facilitador guía, que cuenta con la experiencia necesaria con el fin de ayudarlos a ver que las actividades que se hacen y sus secuencias contribuyen a la comprensión del ejercicio, debe estar convencido que utilizar los métodos y estrategias adecuadas, se facilitara el proceso de enseñanza aprendizaje.

3.11 Funciones del profesor:

El profesor de educación física dentro de su rol formador y educador también debe ejercer funciones como orientador, ya que puede guiar al alumno a resolver muchas veces problemas dentro de su hogar y su vida, convirtiéndose en un amigo, alguien en quien confiar y hasta llegar al punto que en algunas ocasiones el alumno lo ve como una figura paternal, los ayuda en la toma decisiones, en la conducta, motivándolo y encaminándolo hacia un bienestar social.

Así mismo dentro de las funciones del profesor de educación física, debe poseer una actitud de escucha y estar abierto al dialogo, promueve la construcción de espacio y comunicación entre el grupo, intentar desarrollar un modelo de trabajo cooperativo, toma en cuenta los saberes previos de sus alumnos y respeta sus diferencias individuales y culturales. Debe ser alguien entusiasta con los descubrimientos del niño, toma en cuenta las características sociales de los niños, conoce y olfatea los momentos de tristeza y desconsuelo de los niños.

1 Siedentop (1998) pg.25 aprender a enseñar en la educación física INDE Publicaciones Barcelona.

2 Siedentop (1998) pg.25 Ob.Cit.

s. Con la escuela:

Razón que la escuela es una de las instituciones más importantes dentro de la sociedad y es considerable necesaria para favorecer la inclusión de los niños dentro de la sociedad para que en la vida de adultos puedan enfrentarse a la realidad y esta vez solos, es tan importante la escuela porque prepara al ser humano desde varios ámbitos desde cuestiones científicas, biológicas, matemáticas, física, culturales como también prácticas, tecnología, educación física, y de expresión corporal como la danza.

Por eso mismo es necesaria la participación del docente de educación física dentro de la escuela para formar parte de ese círculo de integración social que beneficia a toda una comunidad y que de cierta manera hace que el individuo se separe de la familia con sentido positivo para establecer lazos de amistad con los demás fuera de su ámbito familiar y que muchas veces son relaciones que perduran para toda la vida, de manera que el docente de educación física no puede faltar en esta misión.

En este sentido, la escuela debe cumplir una gran tarea fundamental al fomentar una educación intercultural y en donde reconozca que mediante ésta se debe partir de una educación formal en la que puedan convivir, y estimular el respeto entre diferentes; esto quiere decir que deben coexistir y convivir en un espacio geográficamente determinado diferentes personas o grupos culturalmente diferentes. Esta escuela como institución tendrá como propósito el de formar ciudadanos que piensen colectivamente para desarrollar cualquier actividad y fomenten el desarrollo comunitario en la participación pública.

t. Con la comunidad:

El docente de educación física lleva a cabo una labor social, debe preocuparse y conocer los problemas que afectan a sus estudiantes dentro de la comunidad y puesta que desempeña una labor social debe estar involucrado en los problemas que aquejan a la comunidad.

El docente no debe pasar por desapercibido los problemas que le ocurren alrededor de sus alumnos y pensar que al llegar a la escuela todos los problemas de casa o de la calle se quedan en la puerta de la escuela, la función del docente no está puesta nada más en las preocupaciones de contenidos sino va más allá del proceso educativo, en la construcción de una sociedad mejor, donde todos alumnos, maestros directores, padres de familia, autoridades, puedan formar parte de una sociedad integral.

En definitiva el sitio del maestro está siempre dentro de la escuela, la comunidad, la sociedad, con los sacrificios que día tras día conlleva, su valor, su generosidad y solidaridad hacia los demás, vocación de servicio, todo en favor de hacia los alumnos hará posible que la educación integral dentro de una sociedad, forme parte de su vida y a la vez forme ciudadanos conscientes que solo con educación alcanzaremos el desarrollo del país y la sociedad, a través de procesos formativos que nos encaminen hacia el bien común donde todos podamos gozar de esos procesos sin discriminación alguna.

u. Con el clima de clase:

Contar con un buen clima de la clase de educación física es muy necesario si se quiere lograr el cambio en los alumnos para que la clase sea agradable y fructífera, y no una clase donde se quiera medir las capacidades de los alumnos, esto solo viene a perjudicar porque no todos tendrán las mismas condiciones para realizar el ejercicio de la manera correcta lo que ocasionara el desprecio por la clase y la baja autoestima, esto relacionado con la fracaso escolar y peor aún el rechazo a la actividad física, por eso es muy importante la motivación del profesor

en crear un ambiente agradable y positivo a la vez que disfruten los beneficios que la clase de educación física provee.

Dentro de la clase de educación física el profesor debe mostrar una actitud positiva frente a sus alumnos promover la motivación, incluirse en las prácticas y las tareas debe servir como un buen modelo expresarse bien para que los alumnos entiendan que es lo que quiere, nunca el estar de malas debe ser un obstáculo para interferir con el clima de la clase de educación física.

De tal manera que exista un clima motivacional dentro de la clase de educación física es necesario tomar en cuenta que hay que utilizar diferentes ejercicios para que niño no se aburra con la repetición de ejercicios y caiga en la desesperación de siempre lo mismo, es importante que el alumno sienta un avancey esto se logra a través del ejercicio esto mismo conlleva a la participación entre compañeros con un fin de aprendizaje y no a la competitividad para ello el docente puede utilizar diferentes métodos y estilos de enseñanza y en ciertos momentos el alumno también pueda elegir el tipo de actividad que desea realizar.

Por eso es importante que el maestro trace objetivos corto y largo plazo con gran valor motivacional y que el alumno aprenda a plantearse estos mismos objetivos para la práctica de la actividad física en toda su vida, para lograrlo el maestro debe proponer tareas desafiantes para cada alumno, metas con dificultad personalizada, enseñar contenidos sobre la competencia, la promoción de la salud, estimular el logro personal y la del grupo y ser accesible a todos los alumnos.

Según Noddings (2005) “la percepción de un clima de aprendizaje puede contribuir a que los alumnos piensen que sus profesores les apoyan y se preocupan por ellos, y promover que den los mejor de sí mismos, dentro de los límites de sus capacidades personales, está claro que si el alumno siente ese

calor humano esa confianza que el maestro le muestra pues si ara todo lo posible para dar más de sí mismo.”(1)

3.12 Sistema educativo nacional:

es el conjunto ordenado e interrelacionado de elementos, procesos y sujetos a través de los cuales se desarrolla la acción educativa, de acuerdo con las características, necesidades e intereses de la realidad histórica, económica y cultural guatemalteca, según su definición en el artículo 3 de la Ley Nacional de Educación, Decreto No. 12-91 del Congreso de la República.

Las características con que cuenta este sistema es que debe ser participativo, regionalizado, descentralizado y desconcentrado, según el artículo 4 de la ley respectiva. El órgano estatal rector del sistema educativo es el Ministerio de Educación.

v. Curriculum nacional base:

Constituye el marco general de los procesos informativos del sistema educativo guatemalteco indica los lineamientos nacionales, las bases psicopedagógicas generales contiene, además los elementos provenientes de las culturas del país de tal manera el Curriculum Nacional Base contribuye a la construcción del proyecto de una Nación multiétnica, pluricultural y multilingüe, tiene como propósito fundamental hacer preciso en el ámbito local, tomar en cuenta las características, necesidades, intereses y problemas de la localidad.

El curriculum se centra en la persona humana como ente promotor del desarrollo personal, favorece la convivencia armónica, ve a la persona humana como ser social que se transforma y se valoriza luego se proyecta a la participación de la construcción del bienestar de otros, la educación se orienta

1Noddings, N. (2005). Identifying and responding to needs in education. *cambridge Journal of education*, 35, 147-159.

hacia la formación integral de la misma y al desarrollo de sus responsabilidades sociales.

Entonces podemos decir que el Curriculum Nacional Base conduce a una educación participativa, integral con procesos que ayuden al ser humano a forjarse como un ser pensante que organiza, transforma y relaciona sus ideas a conocimientos que lo conducen a generar cambios en su vida. Según Ausubel (1983) esto permite desarrollar en los estudiantes habilidades y destrezas en el manejo de información y en las diferentes formas de hacer cosas, fomentar actitudes y vivenciar valores, es decir competencias que se integran en el saber ser, el saber hacer y estar conscientes de por qué y para que se hace. ¹

Es así que en educación física orienta el proceso pedagógico de la conducta motriz en el logro de actividades que se relacionen con sus intereses en la actividad física y que son esenciales para un desarrollo que le permita la construcción de un estilo de vida saludable en la edad adulta.

Así mismo desarrolla el hábito para la cultura física y todo lo que ello significa en términos de educación y salud favorecer el bienestar de los ciudadanos guatemaltecos, insta a los jóvenes para participar en la cultura del movimiento a la práctica de actividades físicas que lo formen en valores, y actitudes perdurables en el transcurso de su proyecto de vida personal.

De modo que el CNB en educación física, “facilita los procesos que permita el desarrollo de habilidades destrezas, actitudes y aptitudes básicas, permite la creatividad y comunicación por medio del conocimiento y conciencia del propio cuerpo, su estructuración témporo- espacial y de la adaptabilidad al mundo exterior, recurre medios lúdicos y motrices, como instrumentos para impulsar ese desarrollo que se requiere dentro de un ambiente motivante y placentero.”⁽²⁾

w. Guía programática de educación física:

1 AUSUBEL.(1983) “Psicología Evolutiva” un punto de vista cognositivo Mexico: Ed.trillas

2Ministerio de Educación Guatemala Curriculum Nacional Base Nivel Primaria (2008) pagina 48.

El enfoque curricular en el área de educación física está compuesto por bloques temáticos a nivel macrocurricular o sea a nivel nacional, y un enfoque a nivel mesocurricular que se refiere a la región y desde la perspectiva microcurricular al ámbito local, que detallen la pertinencia en cuanto a su contexto.

Así mismo la propuesta del área curricular de educación física se fundamenta en el desarrollo motriz del niño y la niña, basándose en las diferentes etapas de madurez motriz, lo que significa que la misión de la educación física es buscar la continuación de procesos motrices del desarrollo motor del estudiante que lo preparen para la vida.

Es por ello que la competencia que se desarrolla en área de educación física es diferente a la competencia que se quiere alcanzar en las áreas cognitivas que propone el constructivismo, la competencia en educación física trata de no ser solo ser constructivista, ni guiar al alumno en procesos donde solo haga lo que el docente le indique sin brindarle oportunidad de pensamiento sino que trata de asimilar los dos conceptos y razona y busca lo mejor de ellos, y a diferencia de ubicarse en el campo cognitivo busca el campo de la acción motriz, que se plantea como la integración del hacer, el hacer con saber, y el saber cómo hacer en una situación determinada.

De tal manera como lo cita Jorge L. Zamora (2005) acerca de las consecuencias del hacer, Toda competencia motriz involucra al mismo tiempo acciones traducidas en habilidades alcanzadas, modos de hacer, valores de lo actuado, responsabilidades por los resultados de lo hecho y conocimientos sobre lo echo". (1) Se dice entonces que un alumno es competente en educación física si sabe hacer o desempeñar con habilidad acciones motrices, valora y asume su accionar.

1 Jorge L. Zamora P. "la planificación docente en base a los ciclos de gestión" pag.29 Edit. Promotora de mercadeo Asociada S.A Guatemala 2005.

IV. Marco Operativo

4.1 Diseño de la investigación

Aleatoria o simple: Se considera una forma justa de seleccionar una muestra a partir de una población, ya que cada miembro tiene igualdad de oportunidades de ser seleccionado. En esta técnica, cada miembro de la población tiene la misma probabilidad de ser seleccionado como sujeto. Todo el proceso de toma de muestras se realiza en un paso, en donde cada sujeto es seleccionado aparte de los otros miembros de la población.

4.1.1 Equipo de investigación.

g. Organización jerárquica del equipo de investigación

- Coordinador
- Asesor de sistematización
- Director
- Investigador
- Estudiantes

h .Organización institucional

- Director Departamental
- Supervisores municipales
- Director
- Maestros
- estudiantes

i. Recursos institucionales

- Recursos Humanos
- Personal calificado (director, maestros, secretarias, personal operativo)
- estudiantes
- Recursos Materiales
- Televisor
- Bocinas

4.1.2 Presupuesto.

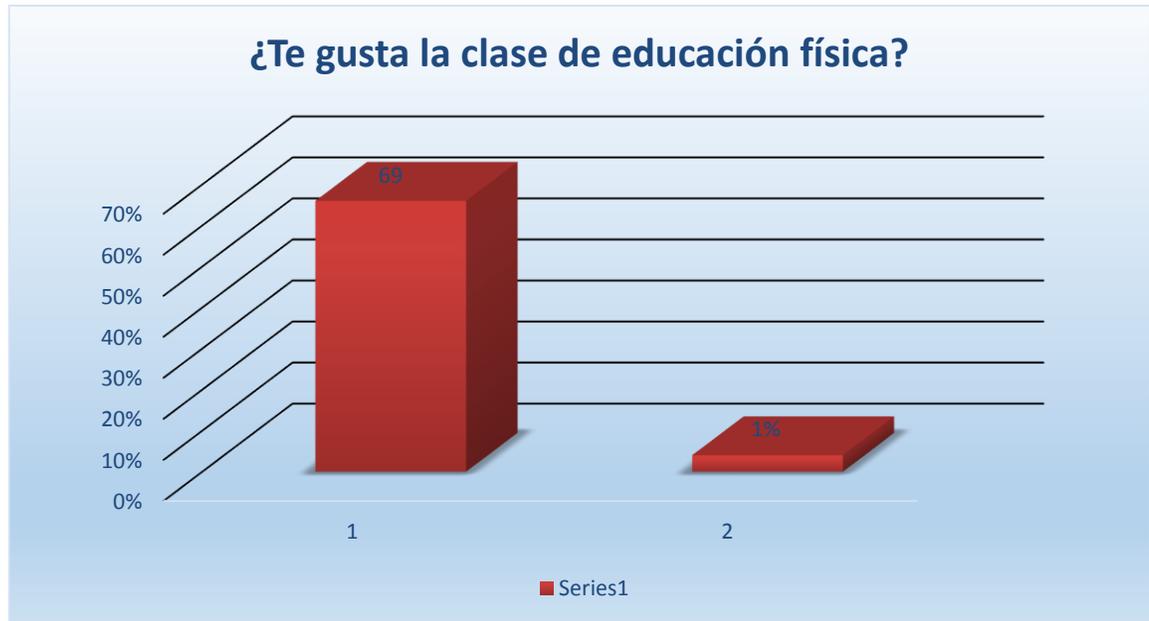
Actividad	Recursos	Encargados	Costos
Pago de modem por internet	Computadora	investigador	Q 100.00
Impresiones de encuestas	Impresora	investigador	Q 17.50
Compra de USB	USB	Investigador	Q85.00
Impresión de propuesta	Impresora	investigador	Q35.00
Primera impresión de la sistematización para revisión	Impresora	investigador	Q10.00
Segunda impresión de sistematización para revisión	Impresora	Investigador	Q5.00
Tercera impresión de sistematización para revisión	Impresora	investigador	Q21.00
Total			Q273.50

4.1.3 Programación

ACTIVIDADES	MESES											
	ENERO				FEBRERO				MARZO			
	SEMANAS											
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
FASE I												
Identificación de fuentes bibliográficas												
Acopio de información bibliográfica												
Construcción del marco teórico												
FASE II												
Selección de la muestra												
Tipo de muestreo												
Técnicas e instrumentos de recolección de datos												
Descripción de las técnicas con sus respectivos indicadores												
FASE III												
Organización jerárquica del proyecto												
Recursos Institucionales												
Presupuesto de la investigación												
FASE IV												
Trabajo de campo												
Aplicación de las técnicas e instrumentos de recolección de datos												

V. Presentación de resultados

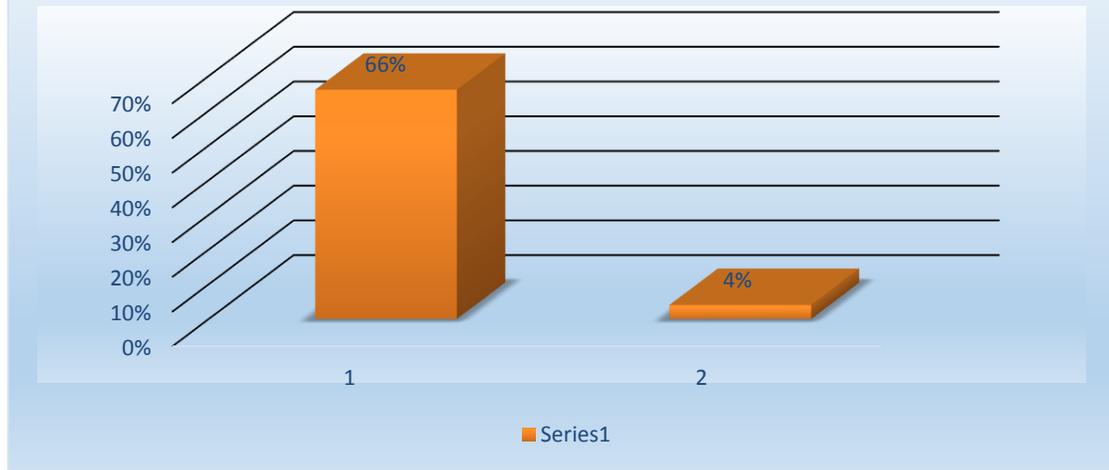
5.1. Análisis de Datos



69% contestaron que si les gusta 1% contesto que no le gusta.

Se concluyó que a la mayoría de los estudiantes si les gusta la clase de educación porque saben de la importancia de realizar ejercicios y les ayuda para estar saludables también porque es muy divertido realizar deportes sentirse feliz al jugar. Un 1% contesto que no porque es muy cansado y afecta mucho el sol.

¿Tus padres te motivan a que practiques deportes y la clase de educación física?

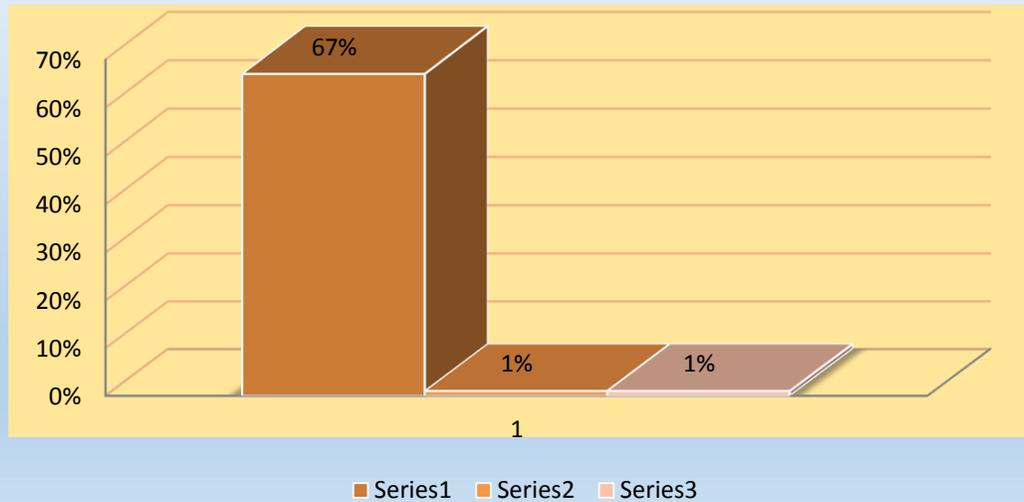


66% contestaron que si

4% contestaron que no

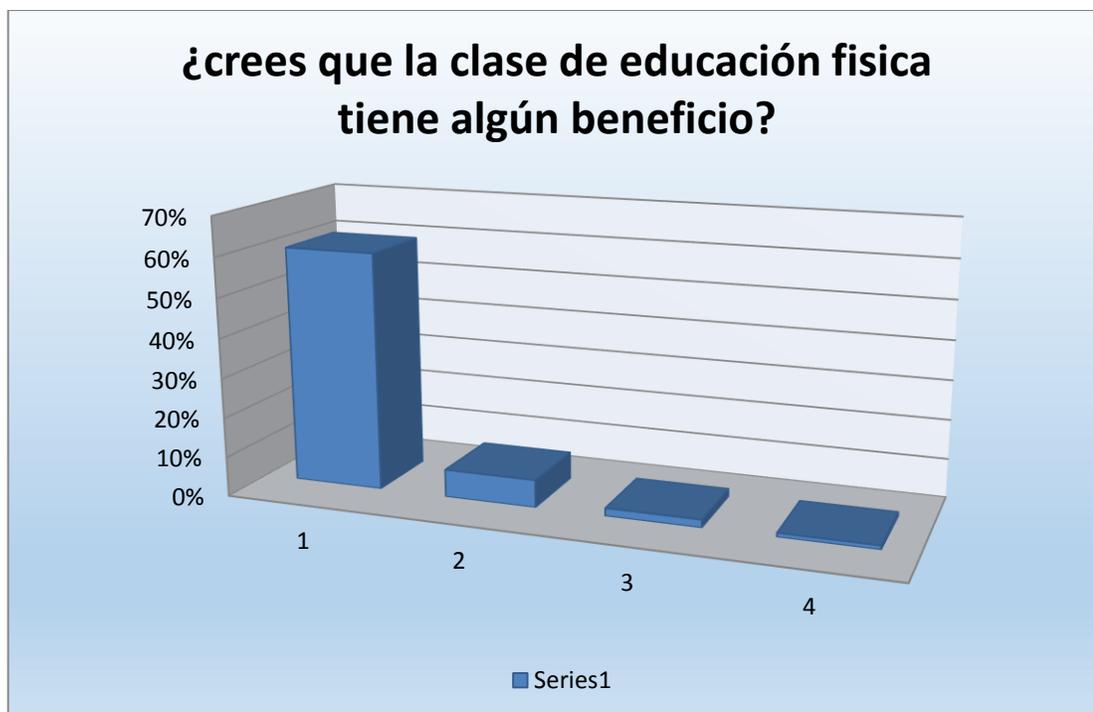
Se observó que la mayoría de estudiantes cuenta con el apoyo de sus padres porque para ellos es importante realizar deportes y eso es bueno para estar saludables. El 4% contestó que no porque sus padres no practican ningún deporte.

¿Se practican valores morales como el respeto, compañerismo amistad dentro de la clase de educación física?



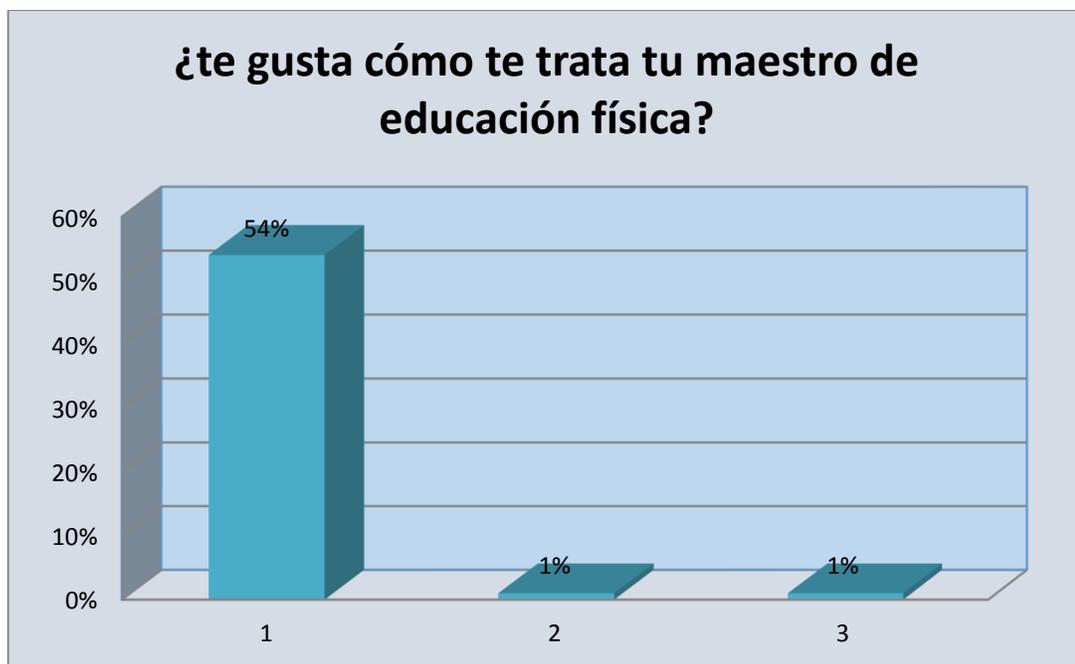
54% contestaron que si 13% contesto que no 3% doble respuesta

Se pudo verificar que a la mayoría de los niños dicen que si se practican los valores porque respetan, trabajan y hay amistad. Un 13% contesto que no porque no hay compañerismo, no respetan al trabajar y un 3% contestó con doble respuesta porque a veces se respeta y a veces no.



67% contesto si 1% respondió no 1% doble respuesta 1%no respondió

Se observó que a la mayoría de estudiantes encuestados creen que al recibir la clase de educación física, les ayuda a desarrollar sus músculos, fortalece su cuerpo, un 1% no contesto que no porque desconoce los beneficios, también un 1% contesto con doble respuesta porque no está seguro de si beneficia o no. Así mismo otro no contesto.

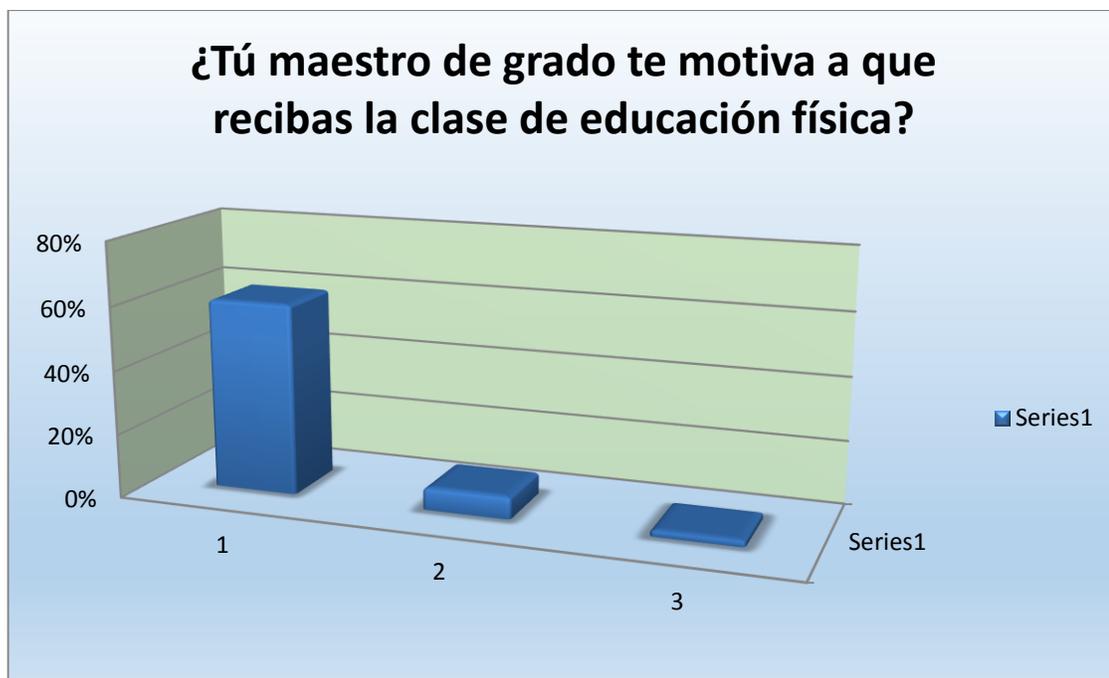


67% contestaron si

1% doble respuesta

1% no respondió

Se puede observar que a la mayoría de los niños les gusta como es el trato del profesor hacia ellos dentro de la clase de educación física, afirman que les ayuda, motiva, guía, sonrío trata igual a todos. El 1% si y no afirmando que no les deja jugar mucho futbol el otro 1% no respondió.

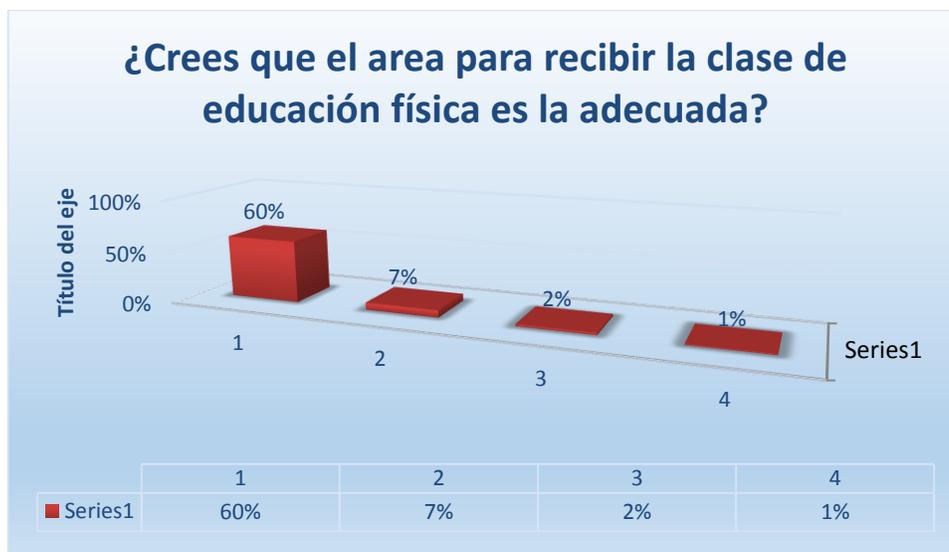


67% respondió si

2% respondió no

1% no respondió

La mayoría de niños, respondió que sí, su maestro de grado los apoya, motiva, anima a que reciban las clases de educación física porque les comenta que es para el desarrollo integral, el 2% contestó que no siente el apoyo de su maestro de grado porque no les da mucha libertad al juego, el 1% no respondió.



60% respondió si 7% respondió no 2% doble respuesta 1%no respondió

Se puede observar en esta grafica que la mayoría de los niños si están de acuerdo con el área a trabajar pero no pueden visualizar la mala ubicación del lugar la falta de techo entre otros pero un 7% contesto que no es adecuada porque no los protege de los rayos del sol el mal olor que emana los baños que están cerca del lugar, el espacio es muy reducido, un 2% opina que si es adecuada porque esta pavimentada y tiene lo necesario, el resto no respondió.

5.2. Interpretación de Resultados

La investigación se realizó de manera sistemática ya que se realizaron los pasos adecuados desde el proceso de observación, encuesta y la lista de cotejo se dio la debida revisión tanto por el asesor de la sistematización, como por parte del director, en el momento de la aplicación de la misma, se tomaron en cuenta los parámetros de instrucción adecuada en donde los participantes respondieron de acuerdo a lo que se les planteo en la encuesta, autorizado por el director del establecimiento.

VI. Conclusiones:

Durante el proceso de investigación y con base a los instrumentos concluimos que a los estudiantes les gusta la clase de educación física por cuanto es importante para el desarrollo del niño.

El apoyo del padre de familia en motivar e incentivar a sus hijos en la clase de educación física es parte fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje, por cuanto mejora sus capacidades motrices, su rendimiento físico y lo motiva a llevar una vida saludable.

Los valores morales dentro de la clase de educación física juegan un papel importante ya que son fundamentales para una educación integral.

La figura del profesor de educación física dentro del sistema educativo nacional es de vital importancia en la educación motriz de los estudiantes.

La clase de educación física llena todos los aspectos que van formando al estudiante a ser alguien competente para la vida desde los primeros años de su formación escolar hasta terminar los niveles educativos y para toda la vida.

VII. Recomendaciones.

El maestro de grado debe ser alguien que acompañe y motive a los estudiantes a participar en la clase de educación física.

Realizar actividades recreativas en beneficio a lograr la socialización de los estudiantes para una mejor relación entre ellos

La planificación de talleres tanto para padres de familia, estudiantes así como a maestros para un mejor conocimiento de la clase de educación física.

Planificar actividades motrices que vayan acordes a la edad y nivel de los estudiantes respetando el principio de individualización.

VIII. Bibliografía:

Baena, A. (2005). Bases teóricas y didácticas de la Educación Física escolar. Gioconda. Granada.

Baena, A. y cols. (2008). Teoría y currículum del área de Educación Física para secundaria. Sepha. Málaga.

Cagigal, José María, "El Deporte en la Sociedad Actual", pág. 20 - 21, Editorial Prensa Española, España, 1975.

CASTAÑER, M. Y CAMERINO, O. (1993). La Educación Física en la enseñanza primaria. Barcelona: Inde.

Colectivo de autores. "Teoría y Metodología de la enseñanza de la Educación Física". Editorial Pueblo y Educación. 1979.

CONSTITUCION POLITICA DE LA REPUBLICA Código de la niñez y la juventud (1996) Título III. Sección II: Derecho a la educación, cultura al deporte y a la recreación

Delgado, Noguera, M. (1993) "Los métodos didácticos en educación física", Barcelona, Ed. Inde.

Dzhamgarov. T y Puni. A. "Psicología de la Educación Física y el Deporte". Editorial Científico Técnica. Ciudad de la Habana. 1979.

García Hoz, V., "Personalización en la educación física", pág. 50 - 51, Editorial RIALP, Madrid, 1996.

Hernández, J. L. & Velázquez, R. (2007). La educación física, los estilos de vida y los adolescentes: Cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan. Barcelona: Grao.

Jorge L. Zamora P. "la planificación docente en base a los ciclos de gestión" pag.29 Edit. Promotora de mercadeo Asociada S.A Guatemala 2005.

López. A. "El proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física". Editorial Deportes. La Habana. 2006.

PIAGET, J. (1973): La representación del mundo en el niño. Ed. Morata. Madrid.

Pila Teleño, Augusto. Educación Física Deportiva. Enseñanza Aprendizaje / Augusto Pila Teleño. Editorial Augusto Pila Teleño. 1984. 110p.

Pila. A. "Didáctica de la Educación Física y los Deportes". Editorial Olimpia. San José. 1988.

Sánchez Bañuelos, Fernando. Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte / Fernando Sánchez Bañuelos. Editorial Gimnos. 1999. 267 p.

Sánchez. F. "Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte". Editorial Gymnos, Madrid.

Siedentop, D.: (1998) Aprender a Enseñar la Educación Física. INDE Publicaciones. Barcelona.

Vásquez. B. "La Educación Física en la educación básica". Editorial Gymnos, Madrid.

Vigotsky (1998) el desarrollo de los procesos psicológicos superiores México Critica

Egrafía

www.google.com/search?q=beneficios+del+rol+del+docete+de+educ.+fisica

<http://www.monografias.com/trabajos94/origen-e-historia-educacion-fisica/origen-e-historia-educacion-fisica.shtml#ixzz3sk2UVOEI>

<http://www.monografias.com/trabajos59/caracterizacion-clases-educacion-fisica/caracterizacion-clases-educacion-fisica2.shtml#ixzz3wD2LoUjC>

<http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/metodología.pdf>

IX. Anexos

9.1. Glosario:

1. Actitud: Modo de expresión de la personalidad profunda.
2. Capacidad Social: Adaptar a otras personas y adaptarse a otras personas.
3. Diferencialidad: característica de la clase de educación física que tiene en cuenta las posibilidades de cada alumno.
4. Empírico: que se basa en la experiencia.
5. Finalidad: Característica de la clase de educación física que apunta que la educación física debe convertirse en un proceso educativo que desarrolla el aprendizaje del hábito de la práctica del ejercicio físico.
6. Individualidad: Característica de la clase de educación física que debe estar en correspondencia con las necesidades individuales de los alumnos como resultado de las diferencias biológicas, sociales, y medio ambientales.
7. Integralidad: característica de la clase de educación física que permite lograr una formación multifacética de la personalidad.
8. Lúdico: relacionado con el juego.
9. Ocio: Tiempo libre de una persona en la que puede realizar otra actividad por diversión.
10. Psicomotricidad: integración de las funciones motrices y psíquicas (el movimiento y el pensamiento)
11. Sedentarismo: actitud de una persona que lleva una vida sedentaria.
Persona que no practica la actividad física.

9.2. Instrumentos



Nombre del establecimiento _____
Nivel _____ Jornada: _____ Grado: _____ Edad: _____
Sexo: F M

Indicaciones: Responde a las siguientes preguntas y explica tu respuesta.

- 1.- ¿Te gusta la clase de educación física?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____
- 2.- ¿Tus padres te motivan a que practiques deportes y la clase de educación física?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____
- 3.- ¿Se practican valores morales (respeto, responsabilidad, compañerismo y amistad) dentro de la clase de educación física?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____
- 4.- ¿Crees que la clase de educación física tiene algún beneficio?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____
- 5.- ¿Te gusta cómo te trata tu maestro de educación física?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____
- 6.- ¿Tú maestro de grado te motiva a que recibas la clase de educación física?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____
- 7.- ¿Crees que el área para recibir la clase de educación física es la adecuada?
SI _____ NO _____
PORQUÉ _____






USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-

ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA ALDEA SAN FRANCISCO

LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR POR MEDIO DE LA OBSERVACIÓN Y ENTREVISTA DE LOS NIÑOS

GRADO: _____

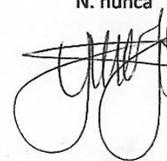
FECHA: _____

		S	AV.	N
1	LOS NIÑOS DESAYUNAN ADECUADAMENTE TODOS LOS DIAS			
2	LA VESTIMENTA DE EDUCACIÓN FISICA ES LA ADECUADA			
3	DUERMEN LO SUFICIENTE ANTES DE VENIR A LA ESCUELA			
4	LOS NIÑOS CUENTAN CON APOYO DE SU MAESTRO DE GRADO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA			
5	ES ADECUADO EL AREA DEPORTIVA PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD FISICA			
6	EL ALUMNO PARTICIPA ACTIVAMENTE EN LAS ACTIVIDADES QUE EL MAESTRO DE EDUCACIÓN FISICA REALIZA.			
7	A LOS ESTUDIANTES LES GUSTA LA PRACTICA DE LA ACTIVIDADES FISICAS.			
8	EL ALUMNO PRACTICA ACTIVIDADES FISICAS DURANTE SU TIEMPO LIBRE.			
9	EL ALUMNO CUENTA CON EL APOYO DE SUS PADRES PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FISICAS EXTRACURRICULARES.			
10	SI POR OTRAS RESPONSABILIDADES QUE TIENE EL ALUMNO COMO EL TRABAJO EN EL CAMPO INFLUYE DE FORMA NEGATIVA EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA.			

S. siempre

AV. A veces

N. nunca




9.3. Programa de Docencia

LUGAR Y FEHCA DE REALIZACIÓN:	E.O.R.M. Aldea San Francisco San Pedro Yepocapa Chimaltenango.
POBLACIÓN OBJETO DE ESTUDIO:	Niños y niñas de la Escuela San Francisco
PARTICIPANTES:	75 estudiantes 5 maestros
METODOLOGIA A UTILIZAR.	Videos, Presentaciones, explicación verbal.
RECURSOS:	proyector, USB, salón, marcadores.
PRODUCTO ESPERADO: los	Se verifico cambios de actitud en estudiantes al informase más sobre los beneficios de la actividad física y la relación con los demás.
COBERTURA:	el 100%

Introducción

La Educación Física en el ámbito escolar se ha visto dominada durante muchos años por diferentes modelos que han sido persistentes en el desarrollo del proceso que se han centrado más en la enseñanza que en el aprendizaje, cuestión esta que relega el papel del alumno a ser un repetidos de conocimientos que limita su crecimiento personal. Por tal razón diversos autores han especificado que el alumno debe ser un sujeto activo en el aprendizaje, el profesor un facilitador y los métodos deben ser productivos, cuestión que aún no se observa como generalidad en nuestras prácticas. Es de importancia vital resaltar la idea de que centrar el proceso de aprendizaje en el alumno es mantenerlo como un sujeto activo de su aprendizaje.

Así mismo se pretende que el alumno alcance los aspectos esenciales que lo formen como un ser integral dentro del proceso de enseñanza aprendizaje, que alcance a cubrir el aspecto motriz, afectivo, social, por el rol que juega la formación en el desarrollo, el proceso de la educación física, es de vital importancia resaltar los grandes aportes y beneficios que la educación física brinda a los estudiantes.

Objetivo general

Diseñar propuestas enfocadas a la participación y la importancia de la educación física en el ámbito escolar, utiliza como medios los componentes de la didáctica y la actividad física.

Específicos

Motivar a los niños a través de actividades deportivas y audiovisuales a que se involucren a conocer más sobre la educación física y sus beneficios.

Proponer actividades físicas centradas en el aprendizaje que contribuya a mejorar la participación de los estudiantes en la clase de la educación física en los contextos en que se desarrolla.

Motivar a través de actividades recreativas, sociales y audiovisuales a los docentes que conozcan más sobre la importancia de la educación física.

Justificación:

La importancia que tiene la educación física en el ámbito escolar de La Educación Física se convierte en una herramienta imprescindible donde se educa al niño a través del movimiento para desarrollar sus aspectos tanto motores y cognitivos como socio-emocional; desarrolla habilidades motrices y capacidades físicas, facilitar el incremento de las interacciones que se dan en las distintas actividades físicas que utilizamos en nuestras sesiones. Estas relaciones, tanto con el entorno (físico-social) con uno mismo, implican todos los aspectos de la persona, desde la afectividad o la emotividad, a lo físico y lo social.

Ya lo dice José M^a Cajigal (1983): “La Educación Física, es ante todo educación y no simple adiestramiento corporal, es acción o quehacer educativo que atañe a toda la persona, no sólo el cuerpo”. Entiende la Educación Física como educación del hombre, centrada en el cuerpo y su movimiento, y, a través de ellos, de los demás aspectos de la personalidad.

Desarrollo temático:

La relación entre salud y actividad física es bastante conocida: hoy día el sedentarismo es el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante. Aunque es más profunda en países de ingresos altos, la preocupación por el sedentarismo es mundial y los estudios muestran que los cambios en la economía de mercado cambiaron los patrones sociales e intensificaron la prevalencia del sedentarismo en los países de medianos y bajos ingresos. En sus Recomendaciones Mundiales sobre Actividad Física para la Salud, la OMS concluye que para lograr los beneficios para la salud física y mental, los niños de 5 a 17 años deberían acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física moderada o vigorosa. En la *66ª Sesión de la Asamblea Mundial de la Salud* se estableció la

Meta Mundial de Aplicación Voluntaria de obtener, para 2025, una reducción relativa de la prevalencia de actividad física insuficiente en un 10%

Bibliografía

- Grupo de Trabajo de Educación Física del CPr. Nalón- Caudal. Las nuevas tecnologías en la Educación Física.
- Material para la mejora de la Convivencia Escolar. Dirección General de Participación y Solidaridad en la Educación. Conserjería de Educación de la Junta de Andalucía.
- SÁNCGEZ BAÑUELOS, F. Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Ed. Gymnos. Madrid.
- SOLER PRAT, S – PRAT GRAU, M. Actitudes, valores y normas en la educación Física y el Deporte. Ed. Inde. Madrid
- WALLON, H. (1987). Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil. Ed. Visor-Mac. Madrid.
- I Plan de Igualdad entre hombres y mujeres en Educación. Conserjería de Educación de Andalucía

RUBRICA SOBRE EL TALLER

Nombre del establecimiento o comunidad _____

Edad _____

Sexo F _____ M _____

Indicaciones: responde a las siguientes preguntas marcando con una X dentro del cuadro según tu respuesta.

	SI	NO
1. ¿le gusto la actividad?		
2. ¿sintió algún cambio en su cuerpo al realizar ejercicios?		
3. ¿le gustaría más actividades como esta?		
4. ¿cree que es importante realizar actividad física?		
5. ¿se practicó valores morales como: compañerismo, respeto, responsabilidad dentro de la actividad?		

9.4. Programa de Extensión

Nombre del lugar de la propuesta de la actividad física	San Pedro Yepocapa, departamento Chimaltenango
Nombre del estudiante que realiza su trabajo.	Guerson Ali Xia Umul
Procedimiento específico	Filas, Hileras, círculos,
Planificación y desarrollo del trabajo de campo	<p>Parte Inicial</p> <p>Calistenia 15 minutos con música</p> <p>Toma de frecuencia cardiaca</p> <p>Parte principal 50 minutos</p> <p>Filas, hileras,</p> <p>Quitarle la cola al gusano</p> <p>Agua sucia agua limpia</p> <p>Rompecabezas</p> <p>Sopa de letras</p> <p>Parte final 10 minutos</p> <p>Recuperativa</p> <p>Estiramientos, respiraciones</p> <p>Frecuencia cardiaca después de la actividad</p>
Ubicación Geográfica	Aldea,
Número y edad de	75 estudiantes comprendidos entre las

los participantes	edades de 8 hasta 12 años
Importancia de definir el tema generador.	Actividad Recreativa
Tipo de actividad a desarrollar	Micro ciclo de la clase de educación física
Objetivos de la actividad	<p>Utilizar los conocimientos obtenidos del PADEP/DEF</p> <p>Motivar a través actividades recreativas la participación de los estudiantes a realizar ejercicios físicos.</p> <p>Estimular a través del juego el compañerismo, respeto entre alumnos.</p>
Competencias a desarrollar	<p>Aplica sus conocimientos y habilidades motrices en actividades de la vida cotidiana, establece la relación de estos con la salud y calidad de vida.</p> <p>Muestra en la realización de la ejercitación motriz respeto y tolerancia hacia las diferencias individuales.</p>
Guía de desarrollo de la actividad	
Tiempo de la actividad	115 minutos
Estrategias a desarrollar	<p>Aprendizaje significativo</p> <p>Trabajo en equipo</p> <p>Fomento de valores</p> <p>Participación Activa</p>
Justificación de la	Los Estudiantes del Programa Académico de

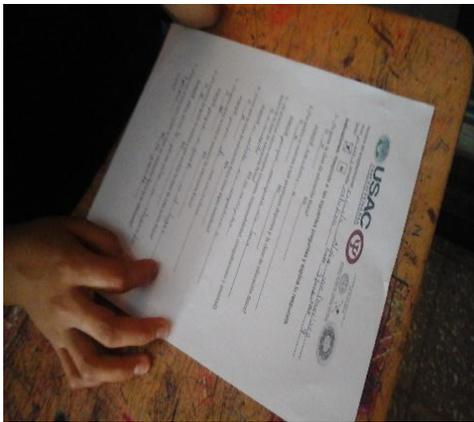
actividad desde su aprendizaje	Desarrollo Profesional Docente de educación física PADEPDEF. De la universidad de San Carlos de Guatemala. Su principal motivo es promover el desarrollo motriz de los niños y niñas de esta comunidad y circunvecinas que no cuentan con una recreación extracurricular que ayude a adquirir conocimientos sobre los beneficios de la práctica de actividades físicas y preservar la salud e inducirlo a la práctica social asimismo concientizar en mejoramiento del medio ambiente y cuerpo.
Alcance de la actividad	Promover la actividad física, como habito permanente de la realización
Procedimientos vinculados a las actividades a desarrollar	Mando directo, resolución de problemas, libre exploración,
Cronograma de la actividad	7:30 A 8:00 presentación organización 8:00 a 8:15 calentamiento 8:15 a 8:30 primera actividad 8:30 a 8:45 segunda actividad 8:45 a 9:00 tercera actividad 9.00 a 9:10 Recuperativo y despedida.
Materiales a utilizar	Botes, pelotas, pañuelos
Tipo de Evidencia de la actividad(fotografías, videos entre otros)	Fotografías.



Alumnos realizando una actividad en grupo.



Alumnos realizando una encuesta.



Encuesta realizada por alumnos



Alumnos concentrados en la encuesta



Alumnos participado en actividad recreativa.



Charla con alumnos sobre la importancia de la actividad física



Alumnos en actividad recreativa.



Alumnos juego el trencito.



Charla sobre ejercicio físico



Charla sobre educación física y deporte



Charla sobre importancia del juego



Alumnos en la clase de educación física.